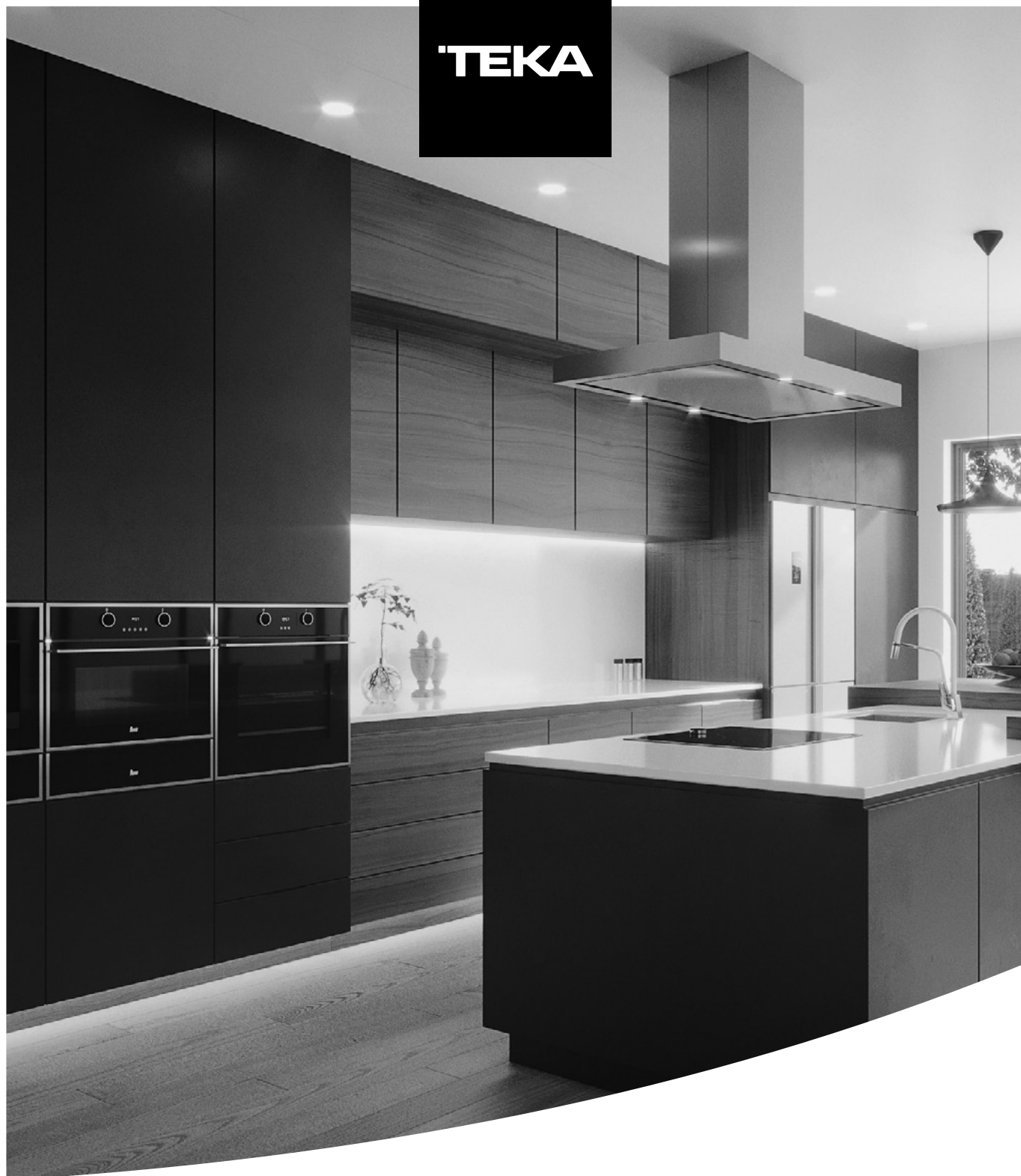


'TEKA



Cooking guide

PL EL RU

www.teka.com

Spis treści

Opis funkcji grzania.....	3	Ryby	32
Korzystanie z piekarnika w sposób przyjazny dla środowiska.....	4	Pizza.....	33
Tradycyjne funkcje grzania.....	5	Chleb	33
Mikrofale	5	Przystawki i makarony	34
Zalety kuchenki mikrofalowej.....	5	Ciasta i desery	35
Gotowanie w kuchence mikrofalowej	6	Rozmrażanie wg czasu.....	38
Gotowanie przy użyciu mikrofal... ..	7	Tabele temperatur i czasów - Parowy	39
Rozmrażanie.....	8	Πίνακες θερμοκρασιών και χρόνων -	39
Ogólne wskazówki dotyczące rozmrażania	8	Ατμός.....	39
Zalecenia dotyczące stosowania odpowiednich naczyń.....	8	Ryby	39
Funkcja grzania: mikrofale.....	8	Jaja	40
Test przydatności naczynia	9	Mięso	40
Funkcje konwencjonalne	9	Przystawki	41
Funkcje łączone	9	Warzywa.....	42
Pojemniki i folia wykonane z aluminium	9	Knedle/Kluski	44
Pokrywki	10	Desery	44
Преимущества микроволнового излучения для приготовления пищи ..	23	Owoce (Sterylizowanie/Wekowanie).....	45
Tabele temperatur i czasów	29	Podgrzewanie	45
Drób.....	29	Blanszowanie	46
Πίνακες θερμοκρασιών και χρόνων.....	29	Rozmrażanie	46
Mięso.....	30	Naczynia zalecane do stosowania w urządzeniu	48

Opis funkcji grzania



UWAGA

Należy pamiętać, że dostępne funkcje zależą od modelu urządzenia.

Aby sprawdzić, które funkcje są dostępne w Państwa urządzeniu, należy skorzystać z instrukcji obsługi dostarczanej z niniejszym poradnikiem pieczenia.

GRZAŁKA GÓRNA + GRZAŁKA

DOLNA

Klasyczny sposób grzania, pieczenie prawie wszystkich potraw. Równomierne grzanie idealne do pieczenia ciast.

GRZAŁKI GÓRNA I DOLNA +

NAWIEW

Funkcja odpowiednia do pieczenia mięsa i ciast. Wentylator rozprowadza ciepło równomiernie we wnętrzu całego piekarnika, skracając tym czas pieczenia oraz obniżając temperaturę.

GRILL + GRZAŁKA DOLNA

Funkcja idealna do pieczenia mięsa. Stosować do każdej części mięsa, niezależnie od wielkości.

MAXIGRILL

Umożliwia opiekanie powierzchni większych niż pozwala na to zwyczajny Grill. Większa moc opiekania pozwala szybciej uzyskać złoty kolor potrawy.

GRILL

Opiekanie i podrumienianie. Pozwala uzyskać efekt zrumienienia wierzchniej warstwy potrawy. Zaleca się użycie funkcji do przygotowania dań płaskich, takich jak steki, żeberka, ryby i tosty.

GRILL / MAXIGRILL + NAWIEW

Umożliwia równomierne pieczenie oraz jednoczesne opiekanie warstwy wierzchniej na złocisty kolor. Funkcja idealna do potraw z rusztu. Sprawdza się również w przypadku większych dań, jak drób i dziczyzna.

Zaleca się, aby po umieszczeniu potrawy na ruszcie podłożyć pod spód brytfannę na spływające soki i tłuszcz.

GRZAŁKA DOLNA

Tylko dolna grzałka wytwarza ciepło. Funkcja odpowiednia do podgrzewania potraw oraz utrzymywania ich w ciepłe, opiekania spodów ciast, a także wyrastania ciasta.

TERMOOBIEG + GRZAŁKA DOLNA (PIZZA)

Funkcja idealna do pieczenia pizzy, ciast, tar owocowych oraz ciasta biszkoptowego.

TERMOOBIEG (NAWIEW + GRZAŁKA PIERŚCIENIOWA)

Wentylator równomiernie rozprowadza ciepło pochodzące z grzałki umieszczonej w tylnej części urządzenia. Dzięki jednolitej temperaturze wewnątrz urządzenia, potrawy można piec na dwóch poziomach jednocześnie.

SLOW FOOD

Funkcja idealna do przygotowywania potraw duszonych w garnku oraz przepisów wymagających długiego czasu gotowania / pieczenia w niskiej temperaturze.

ECO ECO

Funkcja umożliwia przygotowanie potraw przy minimalnym zużyciu energii. Zastosowanie konwekcji wymuszonej sprawia, że piekarnik wyłącza się kilka minut przed pełnym przygotowaniem potrawy, wykorzystując ciepło nagromadzone we wnętrzu, by idealnie dopiec potrawę. Funkcja odpowiednia do pieczenia ryb oraz wszelkich rodzajów mięsa.

* ROZMRAŻANIE

Funkcja idealna do powolnego rozmrażania żywności, zwłaszcza spożywanej na zimno, takiej jak zupy, ciastka, tarty, ciasta, itp.

W niektórych modelach w funkcji Rozmrażanie wykorzystuje się system gorącego powietrza w dwóch wariantach: poziom HI (wyższa temperatura) dla mięs; poziom LO (niższa temperatura) dla ryb, ciast i chleba.

MIKROFALE

Funkcja idealna do gotowania i podgrzewania warzyw, ziemniaków, ryżu, ryb oraz mięsa.

MIKROFALE W POŁĄCZENIU Z INNYMI FUNKCJAMI

Funkcja idealna do gotowania lasagne, drobiu, pieczonych ziemniaków oraz opiekania.

PAROWY

Funkcja idealna do gotowania warzyw, ziemniaków, ryżu, ryb oraz mięsa.

WYRASTANIE CIASTA

Specjalna funkcja do wyrastania ciasta na chleb i ciastka.

SZYBKIE NAGRZEWANIE

Funkcja pozwala szybko nagrzać piekarnik do ustawionej temperatury. Użyć funkcji, gdy przepis wymaga nagrzania piekarnika do określonej temperatury przed użyciem.

Korzystanie z piekarnika w sposób przyjazny dla środowiska

Porady dotyczące oszczędzania energii:

- Wyjąć z piekarnika wszystkie akcesoria, które nie będą używane.
- Używać naczyń, które można stosować w piekarniku, najlepiej w ciemnym kolorze.
- W trakcie pieczenia drzwiczki urządzenia otwierać najrzadziej jak to możliwe.
- Starać się nie nagrzewać pustego piekarnika. Jeśli pozwala na to dany przepis, umieszczać żywność w zimnym piekarniku.
- Jeśli piekarnik wyposażono w funkcję ECO, należy używać tej funkcji zawsze, gdy pozwala na to przepis.
- W przypadku przepisów wymagających długiego czasu pieczenia wyłączyć piekarnik na 5-10 minut przed upływem czasu pieczenia, aby wykorzystać nagromadzone w nim ciepło.
- Jeżeli piekarnik wyposażono w nawiew, można piec kilka dań jednocześnie.



Tradycyjne funkcje grzania

Funkcje grzania różnią się w zależności od modelu. Dostępne tabele zawierają podstawowe czasy pieczenia.

Czasy i temperatury pieczenia podane w tabelach są orientacyjne. Zaleca się ustawić niższe wartości i zwiększać je w miarę potrzeby.

Zawsze ustawić dolną wartość zakresu podanego w tabelach.

Ogólnie rzecz biorąc, czasy pieczenia podane w tabelach obliczono dla produktów wkładanych do zimnego piekarnika.

Przepisy wymagające szybkiego nagrzania piekarnika będą o tym wyraźnie informować.

Niektóre modele są wyposażone w funkcję szybkiego nagrzewania. Funkcja ta skraca

czas pieczenia w stosunku do wartości podanych w tabelach. Podczas korzystania z tej funkcji przed włożeniem żywności do piekarnika należy poczekać, aż zostanie osiągnięta ustawiona temperatura.

Poziom pieczenia (licząc od dołu):

1: Niski.

2/3: Średni.

4: Wysoki.

Poziom 4 jest odpowiedni do grillowania i opiekania.

Umieścić żywność na środku blachy do pieczenia lub rusztu, aby uzyskać równomierne wyniki.

Mikrofale

ZALETY KUCHENKI MIKROFALOWEJ

W tradycyjnych piekarnikach ciepło, wytwarzane przez elementy grzewcze lub palniki gazowe, powoli penetruje żywność od zewnątrz do wewnątrz. Skutkuje to dużą utratą energii na ogrzanie powietrza, komponentów urządzenia oraz naczyń.

W kuchenke mikrofalowej ciepło jest wytwarzane wewnątrz produktu żywnościowego i rozprowadzane od wewnątrz do zewnątrz. W tym przypadku nie występuje niepotrzebna utrata energii na ogrzanie powietrza, komponentów urządzenia, naczyń i pojemników (o ile nadają się do stosowania w kuchenkach mikrofalowych), gdyż podgrzewana jest wyłącznie żywność.

Zalety kuchenki mikrofalowej:

1. Krótszy czas gotowania; w porównaniu z tradycyjnym piekarnikiem czas gotowania skraca się nawet o ¾.

2. Ultraszybkie rozmrażanie zapobiega nadmiernemu rozwojowi bakterii.
3. Oszczędność energii.
4. Zachowanie wartości odżywczych (dzięki krótszym czasom grzania).
5. Łatwość czyszczenia.

Jak działa kuchenka mikrofalowa

Urządzenie zostało wyposażone w zawór wysokonapięciowy, zwany magnetronem, który przetwarza energię elektryczną w energię mikrofalową. Powstałe fale elektromagnetyczne są wprowadzane do wnętrza komory urządzenia przez falowód, a następnie rozprowadzane przez metalowy rozsiewacz lub poprzez talerz obrotowy.

Wewnątrz urządzenia mikrofale rozchodzą się we wszystkich kierunkach, odbijają od metalowych ścianek komory, a następnie są wchłaniane przez żywność, penetrując ją równomiernie.

Dlaczego żywność nagrzewa się

Większość produktów żywnościowych zawiera wodę, która dzięki mikrofalom jest wprawiana w drgania.

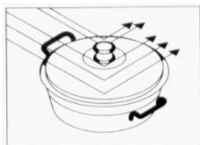
Tarcia między cząsteczkami produkuje ciepło, które podwyższa temperaturę żywności, rozmrażając ją, gotując lub podgrzewając.

Dzięki ciepłu wytwarzanemu wewnątrz produktu żywnościowego:

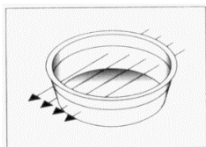
- możliwe jest gotowanie jedynie z odrobiną płynu lub tłuszczu/oleju;
- rozmrażanie, podgrzewanie lub gotowanie odbywa się szybciej niż w tradycyjnym piekarniku;
- żywność zachowuje witaminy, wartości odżywcze oraz minerały;
- żywność zachowuje swój kolor i aromat.

Mikrofałe przechodzą przez porcelanę, szkło, karton i tworzywa sztuczne, natomiast nie przenikają przez metal. Dlatego w kuchenkach mikrofalowych nie powinno się stosować pojemników metalowych lub z częściami metalowymi.

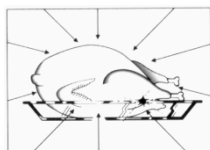
Mikrofałe odbijają się od metalu...



... lecz przechodzą przez szkło i porcelanę...



... a następnie są pochłaniane przez żywność.



GOTOWANIE W KUCHENCIE MIKROFALOWEJ



UWAGA

Przed przystąpieniem do użytkowania urządzenia należy zapoznać się z "Instrukcją montażu i konserwacji".

Podczas gotowania w kuchence mikrofalowej zaleca się stosować do poniższych wskazówek:

- **Skórkę** owoców (np. jabłek, pomidorów) oraz kiełbasek należy **naciąć / nakłuć**, aby nie pękła podczas podgrzewania czy gotowania. Pokroić żywność przed włożeniem do komory urządzenia.
- Przed użyciem jakiegokolwiek naczynia należy najpierw upewnić się, czy jest ono przeznaczone do stosowania w kuchenkach mikrofalowych (patrz rozdział „Zalecenia dotyczące stosowania odpowiednich naczyń”).
- Podgrzewając / gotując produkty żywnościowe o niskiej zawartości wody (np. **rozmróżając pieczywo**, przygotowując popcorn itp.) parowanie następuje bardzo szybko, dlatego też żywność może ulec zwęgleniu. Ryzyko uszkodzenia urządzenia oraz pojemnika używanego do przyrządzenia potrawy. Nie należy przekraczać sugerowanych wartości czasu gotowania. Zaleca się nadzorować cały proces gotowania.
- Nie należy podgrzewać (**smażyć**) dużych ilości oleju w kuchence mikrofalowej.
- **Dania gotowe** do podgrzania należy wyjąć z oryginalnego opakowania, ponieważ nie zawsze jest ono żaroodporne. Przestrzegać instrukcji producenta.
- W przypadku wstawienia do komory kuchenki **kilku naczyń / pojemników**, np. filiżanek, należy rozstawić je równomiernie na podstawie.
- Nie wolno zamykać **plastikowych torebek** metalowymi klipsami. Stosować

wyłącznie klipsy plastikowe. Torebkę należy nakłuć w kilku miejscach, aby umożliwić ujście pary.

- Gotując żywność należy upewnić się, że osiągnęła ona **temperaturę co najmniej 70°C**.
- W trakcie procesu gotowania okienko w drzwiach może zaparować, zaś **para wodna** skropi się po pewnym czasie. Jest to normalne zjawisko, które może nasilić się, gdy w pomieszczeniu panuje niska temperatura. Nie stanowi zagrożenia. Po zakończeniu gotowania należy wytrzeć wodę powstałą w wyniku skraplania się pary.
- Podgrzewając płyny, stosować **pojemniki z szerokim otworem**, aby ułatwić ujście pary.

Przygotować żywność zgodnie ze wskazówkami i stosować się do sugerowanych wartości czasu gotowania oraz poziomu mocy podanych w tabelach.

Należy pamiętać, że wartości podane w tabelach mają charakter orientacyjny i mogą zmienić się w zależności od stanu początkowego, temperatury, zawartości wody oraz rodzaju żywności. Zaleca się każdorazowo dostosować czas i poziom mocy. W zależności od rodzaju produktu żywnościowego należy wydłużyć lub skrócić czas gotowania bądź zwiększyć lub zmniejszyć poziom mocy.

GOTOWANIE PRZY UŻYCIU MIKROFAL...

1. Im większa ilość żywności, tym dłuższy czas gotowania. Należy pamiętać o poniższych zasadach:
 - podwójna ilość » podwoić czas
 - połowa ilości » zmniejszyć czas o połowę
2. Im niższa temperatura pożywienia, tym dłuższy czas gotowania.
3. Im rzadsza konsystencja pożywienia, tym krótszy czas gotowania.

4. Równomierne rozłożenie pożywienia we wnętrzu komory kuchenki zagwarantuje lepsze rezultaty. Równoczesne gotowanie różnego rodzaju produktów żywnościowych jest możliwe, kładąc bardziej „gęste” produkty na zewnątrz talerza, zaś mniej „gęste” na środku.
5. Drzwi można otworzyć w dowolnym momencie. Urządzenie wyłączy się automatycznie. Wznowi pracę po zamknięciu drzwi oraz naciśnięciu przycisku start.
6. Żywność pod przykryciem wymaga krótszego czasu grzania, dzięki czemu lepiej zachowuje wartości odżywcze. Pokrywy muszą pozwalać na przenikanie przez nie mikrofal oraz posiadać otwory dla swobodnego ujścia pary.
7. Aby uzyskać najlepsze rezultaty podczas podgrzewania niewielkich przedmiotów (takich jak szklanka wody, kubek mleka lub torebka z popcornem), należy je umieścić w następujący sposób:
 - Szklaną tacę lub prostokątny ruszt włożyć na jak najwyższy poziom, uwzględniając wymiary podgrzewanego naczynia z potrawą lub napojem.
 - Umieścić potrawę lub napój z lewej strony szklanej tacy lub prostokątnego rusztu.
 - Torebek z popcornem nie należy umieszczać bezpośrednio na ruszcie, torebkę z popcornem należy umieścić w szklanym lub ceramicznym naczyniu po lewej stronie prostokątnego rusztu.
8. Jedzenie należy obracać lub mieszać w regularnych odstępach czasu, aby zapewnić równomierny rozkład temperatury.
9. Aby osiągnąć najlepsze wyniki gotowania w kuchence mikrofalowej, potrawy należy umieścić na ruszcie lub szklanej tacy i włożyć na jak najwyższy poziom.
10. Nie kłaść potraw bezpośrednio na dnie komory kuchenki. Pogorszy to skuteczność podgrzewania i może spowodować uszkodzenie kuchenki.

11. Nie kłaść folii aluminiowej na dnie komory kuchenki, gdyż może to spowodować jej

uszkodzenie.

Rozmrażanie

OGÓLNE WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE ROZMRAŻANIA

1. Do rozmrażania zawsze należy używać naczyń przeznaczonych do stosowania w kuchenkach mikrofalowych (porcelana, szkło, odpowiednie tworzywa sztuczne).
2. Tabele rozmrażania według wagi zawierają dane dotyczące surowych produktów żywnościowych.
3. Czas rozmrażania zależy od ilości i wagi / grubości produktu. Podczas zamrażania porcji żywności należy wziąć pod uwagę późniejszy proces rozmrażania. Żywność należy równomiernie ułożyć w naczyniu / pojemniku.
4. Produkty żywnościowe przeznaczone do rozmrożenia należy równomiernie rozłożyć wewnątrz komory urządzenia. Zaleca się, aby grubsze części układać na zewnątrz. Delikatne części przykryć folią aluminiową. **Uwaga!** Krawędzie folii aluminiowej nie powinny stykać się ze ściankami komory urządzenia, w przeciwnym wypadku może wystąpić iskrzenie.
5. Grube partie produktów powinny być obracane kilkakrotnie.
6. Mrożonki należy rozłożyć równomiernie we wnętrzu komory urządzenia. Wąskie i płaskie partie żywności ulegają szybszemu rozmrożeniu.

7. Nie należy całkowicie rozmrażać produktów bogatych w tłuszcz (masło, twaróg, produkty mleczne). Wystarczy odczekać tylko kilka minut, aby mogły być zaserwowane. Jeżeli w rozmrożonym produkcie znajdują się kryształki lodu, należy wymieszać potrawę.
8. Drób umieścić na odwróconym talerzu, aby ułatwić spływanie soków.
9. Pieczywo należy owinać w serwetkę, aby nie dopuścić do zbytznego przesuszenia.
10. Obrócić / zamieszać potrawę w regularnych odstępach czasu.
11. Zamrożoną żywność wyjąć z opakowania (pamiętać o usunięciu metalowych klipsów zamykających). Stosując pojemniki, które mogą służyć zarówno do przechowywania żywności w zamrażarce, jak i do podgrzewania / gotowania, wystarczy jedynie zdjąć pokrywkę. W przeciwnym wypadku należy przełożyć żywność do pojemnika przeznaczonego do użycia w kuchence mikrofalowej.
12. Ciecz, powstająca podczas rozmrażania (zwłaszcza drobiu), należy wylać. Nie dopuścić do jej zetknięcia z pozostałą żywnością.
13. Należy pamiętać, iż funkcja Rozmrażanie wymaga czasu oczekania, aby zapewnić uzyskanie jednakowej temperatury przez żywność..

Zalecenia dotyczące stosowania odpowiednich naczyń

FUNKCJA GRZANIA: MIKROFALE

Korzystając z funkcji grzania Mikrofales, należy pamiętać, że mikrofales odbijają się od powierzchni metalowych. Przenikają

natomiast przez szkło, porcelanę, glinę, tworzywa sztuczne oraz papier.

Z tego względu **w kuchence mikrofalowej nie wolno używać metalowych garnków ani naczyń / pojemników z metalowymi**

elementami lub zdobieniami. Powyższe zalecenie dotyczy również **wyrobów szklanych i ceramicznych z metalowymi zdobieniami lub zawierających metal** (np. szkło ołowiowe). Nie stosować naczyń drewnianych.

Należy **stosować** naczynia / pojemniki wykonane ze szkła (żaroodpornego), porcelany, ceramiki lub żaroodpornego plastiku. Naczyń / pojemników z kryształu i porcelany używać w kuchence mikrofalowej wyłącznie przez krótki okres czasu, np. do odgrzewania potraw.

Przyrządzana żywność przekazuje ciepło do naczyń / pojemnika. Ryzyko poparzenia!

Zaleca się użycie **rękawic kuchennych!**

TEST PRZYDATNOŚCI NACZYNIA

Wstawić naczynie / pojemnik do komory urządzenia, na ok. 20 sekund ustawić najwyższy poziom mocy mikrofal. Jeśli naczynie / pojemnik jest zimne lub ledwo ciepłe, nadaje się do stosowania w kuchenkach mikrofalowych. W przypadku gdy jest bardzo gorące lub powoduje iskrzenie wewnątrz komory urządzenia, nie nadaje się do stosowania w kuchenkach mikrofalowych.



UWAGA

Jeśli korzystają Państwo z funkcji gotowania Mikrofałe, należy upewnić się, że wewnątrz komory nie ma żadnych niepotrzebnych przedmiotów, w tym blach do pieczenia (również do pieczenia na wolnym ogniu) ani rusztów, które stanowią wyposażenie kuchenki mikrofalowej, ponieważ zaleca się ich użycie wyłącznie z funkcją Grill lub Termoobieg.

FUNKCJE KONWENCJONALNE

W przypadku ww. funkcji stosować naczynia żaroodporne, tj. odporne na działanie wysokich temperatur - co najmniej 300°C.

Nie używać naczyń z tworzyw sztucznych.

FUNKCJE ŁĄCZONE

Należy upewnić się, czy stosowane naczynie jest odpowiednie do gotowania, gdy używa się obu sposobów grzania, tj. mikrofal i oraz grilla.

POJEMNIKI I FOLIA WYKONANE Z ALUMINIUM

Wstawiając do komory urządzenia dania gotowe do podgrzania w pojemnikach aluminiowych lub owinięte w folię aluminiową, należy pamiętać:

Stosować się do zaleceń producenta podanych na opakowaniu.

- Pojemniki aluminiowe nie powinny być wyższe niż 3 cm ani nie powinny stykać się ze ścianami komory urządzenia (**minimalny odstęp to 3 cm**). Zdjąć aluminiowe wieczko.
- Pojemnik aluminiowy ustawić bezpośrednio na dnie komory. W przypadku użycia rusztu zaleca się umieścić pojemnik na talerzu porcelanowym. Nigdy nie stawiać aluminiowego pojemnika bezpośrednio na ruszcie!
- Czas gotowania wydłuży się, ponieważ mikrofałe przenikają żywność od góry. W razie wątpliwości użyć naczynia / pojemnika przeznaczonego do stosowania w kuchenkach mikrofalowych.
- Folię aluminiową można wykorzystać do odbijania mikrofal w trakcie procesu rozmrażania. W ten sposób można chronić przed przegrzaniem delikatną żywność (drób, mięso mielone).
- **Ważne:** folia aluminiowa nie powinna stykać się ze ścianami komory urządzenia, gdyż może wystąpić iskrzenie.

POKRYWKI

Zaleca się używanie szklanych lub plastikowych pokrywek bądź folii, ponieważ:

1. zapobiegają nadmiernemu parowaniu (zwłaszcza w trakcie długich procesów gotowania);
2. proces gotowania przebiega szybciej;
3. żywność nie wysusza się;
4. żywność zachowuje naturalny aromat.
Pokrywki powinny mieć otwory, by w naczyniu nie powstawało zbyt wysokie

ciśnienie. Plastikowe torebki należy nakłuć. Żywność dla dzieci podgrzewać w butelkach bez smoczków oraz słoikach bez nakrętek: ryzyko rozsadzenia pojemnika.



INFORMACJE

Ogólne informacje na temat rodzaju naczyń odpowiedniego dla każdej funkcji grzania znajdują się w tabeli **“Naczynia zalecane do stosowania w urządzeniu”** na końcu niniejszej instrukcji obsługi.

Περιεχόμενα

Περιγραφή των λειτουργιών μαγειρέματος του φούρνου.....	32
Οικολογική χρήση του φούρνου	33
Συμβατικές Λειτουργίες	33
Μικροκύματα	34
Πλεονεκτήματα φουρνου μικροκυματων 14	
Μαγειρεμα με φουρνο μικροκυματων	15
Μαγειρεμα με μικροκυματα.....	16
Ξεπάγωμα	17
Γενικες οδηγιες ξεπαγωματος.....	17
Τι τύπου μαγειρικά σκεύη μπορούν να χρησιμοποιηθούν	18
Στη λειτουργία μικροκυματων	18
Δοκιμαστε την αντοχη των σκευων.....	18
Συμβατικες λειτουργιες	19
Στις συνδυαστικες.....	19
Μεταλλικα σκευη & αλουμινοχαρτο	19
ΚΑΠΑΚΙΑ.....	19
Πουλερικα.....	29
Κρεατα.....	30
Μυαο.....	30
Ψαρια.....	32
Πιτσα	33
ΨΩΜΙ	33
Ορεκτικα και ζυμαρικα	34
Ζαχαροπλαστικη.....	35
Αποψυξη με βαση τον χρονο.....	38
Ψάρι.....	39
Αυγά	40
Κρέας.....	40
Ορεκτικά	41
Λαχανικά.....	42
Ταρτες.....	44
Επιδόρτια.....	44
Φρούτα (Αποστείρωση/Βράσιμο)	45
Ζέσταμα	45
Ζεμάτισμα	46
Απόψυξη.....	46
Μαγειρικα σκευη	49

Περιγραφή των λειτουργιών μαγειρέματος του φούρνου



ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Έχετε υπόψη σας ότι οι διαθέσιμες λειτουργίες εξαρτώνται από το μοντέλο του φούρνου.

Για να μάθετε ποιες λειτουργίες διαθέτει ο φούρνος σας, συμβουλευτείτε τον οδηγό χρήσης που συνοδεύει αυτόν τον οδηγό μαγειρέματος.



ΣΥΜΒΑΤΙΚΗ

Χρησιμοποιείται για κέικ όπου απαιτείται ομοιόμορφη παροχή θερμότητας ώστε να αποκτήσουν αφράτη υφή.



ΣΥΜΒΑΤΙΚΗ ΜΕ ΑΕΡΑ

Κατάλληλη για ψητά και για ζαχαροπλαστική. Ο ανεμιστήρας κατανέμει ομοιόμορφα τη θερμότητα στο εσωτερικό του φούρνου, μειώνοντας τον χρόνο και τη θερμοκρασία μαγειρέματος.



ΓΚΡΙΛ ΚΑΙ ΚΑΤΩ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗ

Ειδική για ψητά. Χρησιμοποιείται για οποιοδήποτε κομμάτι κρέατος, ανεξάρτητα από το μέγεθος του.



ΜΑΞΙ ΓΚΡΙΛ

Ενδείκνυται για το γκρατινάρισμα μεγαλύτερων επιφανειών απ' ό τι με το γκριλ, καθώς, λόγω της μεγαλύτερης ισχύος, το φαγητό αποκτά ροδισμένη όψη γρηγορότερα.



GRILL

Επιφανειακό γκρατινάρισμα και ψήσιμο. Ροδίζει η εξωτερική επιφάνεια του φαγητού, χωρίς να επηρεάζεται το εσωτερικό του. Κατάλληλη για τρόφιμα με επίπεδο σχήμα, όπως μπριζόλες, παιδάκια, ψάρια, φέτες ψωμιού που προορίζονται για φρυγάνισμα.



ΓΚΡΙΛ / ΜΑΞΙ ΓΚΡΙΛ ΜΕ ΑΕΡΑ

Επιτρέπει ομοιόμορφο ψήσιμο, ενώ παράλληλα ροδίζει επιφανειακά το φαγητό. Ιδανική για ποικιλία κρεάτων στη σχάρα. Ειδανική για μεγάλα κομμάτια κρέατος, όπως πουλερικά, κυνήγι, κλπ. Σας συνιστούμε να τοποθετήσετε το κρέας πάνω στη σχάρα του φούρνου με το ταψί από κάτω για να συλλέγονται τα υγρά.



ΚΑΤΩ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗ

Θερμότητα μόνο στην κάτω πλευρά. Κατάλληλη για το ζέσταμα πιάτων ή για το φούσκωμα ζύμης και παρόμοιων παρασκευών.



ΘΕΡΜΟΣ ΑΕΡΑΣ + ΚΑΤΩ ΑΝΤΙΣΤΑΣΗ (ΠΙΤΣΑ)

Ιδανική για πίτσες, πίτες και γλυκά ή κέικ με γέμιση φρούτων.



ΘΕΡΜΟΣ ΑΕΡΑΣ

Ο ανεμιστήρας κατανέμει τη θερμότητα που προέρχεται από μια αντίσταση που βρίσκεται στο πίσω μέρος του φούρνου. Χάρη στην ομοιόμορφη θερμοκρασία που παράγεται, μπορείτε να μαγειρέψετε ταυτόχρονα σε 2 επίπεδα.



ΑΡΓΟ ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ

Ειδική λειτουργία για την παρασκευή μαγειρευτών κρεάτων με σάλτσα, σιφάδου, κλπ. με παραδοσιακό τρόπο και γενικά για φαγητά που μαγειρεύονται «σε σιγανή φωτιά», δηλαδή σε χαμηλή θερμοκρασία για ιδιαίτερα παρατεταμένο χρονικό διάστημα.

ECO ECO

Επιτρέπει το μαγείρεμα τροφίμων στον φούρνο σας με ελάχιστη κατανάλωση ενέργειας. Ο φούρνος θερμαίνεται μέσω αντίστασης και κυκλοφορίας αέρος και,

ανάλογα με το μοντέλο, απενεργοποιείται λίγα λεπτά πριν από το τέλος του μαγειρέματος, επιτρέποντας έτσι την εκμετάλλευση της υπολειπόμενης θερμότητας του θαλάμου και εξασφαλίζοντας ένα τέλειο μαγείρεμα. Ενδείκνυται για ψάρια και κάθε είδους ψητά κρέατα.

ΑΠΟΨΥΞΗ

Η λειτουργία αυτή ενδείκνυται για ήπια απόψυξη τροφίμων: Κατά κύριο λόγο για τρόφιμα τα οποία δεν καταναλώνονται ζεστά, όπως, π.χ., κρέμες, μπισκότα, τάρτες, γλυκά, κλπ. Σε ορισμένα μοντέλα, η λειτουργία απόψυξης μεταφέρει θερμότητα στα τρόφιμα μέσω ενός συστήματος θερμού αέρα 2 επιπέδων. Το επίπεδο H1 είναι κατάλληλο για κρέατα γενικά, ενώ το επίπεδο L0 ενδείκνυται για ψάρια, γλυκά και ψωμί.

ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ

Η λειτουργία αυτή ενδείκνυται για το μαγείρεμα και ζέσταμα λαχανικών, πατατών, ρυζιού, ψαριού και κρέατος.

ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ ΚΑΙ ΣΥΝΔΥΑΣΤΙΚΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ

Η λειτουργία αυτή ενδείκνυται για το μαγείρεμα ζυμαρικών, πουλερικών, ψητών πατάτων και φαγητών.

ΑΤΜΟΣ

Η λειτουργία αυτή ενδείκνυται για το μαγείρεμα λαχανικών, πατατών, ρυζιού, ψαριού και κρέατος.

ΦΟΥΣΚΩΜΑ ΖΥΜΗΣ

Ειδική λειτουργία για το φούσκωμα ζύμης για ψωμί ή γλυκά.

ΤΑΧΕΙΑ ΠΡΟΘΕΡΜΑΝΣΗ

Η λειτουργία αυτή προθερμαίνει γρήγορα τον θάλαμο του φούρνου στη θερμοκρασία που έχετε επιλέξει. Χρησιμοποιήστε τη λειτουργία αυτή όταν ο φούρνος πρέπει να έχει φτάσει σε συγκεκριμένη θερμοκρασία για να εισάγετε τα τρόφιμα.

Οικολογική χρήση του φούρνου

Για άριστη εκμετάλλευση ενέργειας, ακολουθήστε αυτές τις συμβουλές:

- Βγάλτε από τον φούρνο τα εξαρτήματα που δεν πρόκειται να χρησιμοποιήσετε.
- Χρησιμοποιείτε σκευή κατάλληλα για χρήση σε φούρνο, σκούρου χρώματος κατά προτίμηση.
- Κατά τη διάρκεια του μαγειρέματος, ανοίγετε την πόρτα όσο το δυνατόν λιγότερο.
- Μην προθερμαίνετε τον φούρνο άδεια. Εφόσον η συνταγή το επιδέχεται, εισάγετε τα τρόφιμα σε κρύο φούρνο.
- Αν ο φούρνος σας διαθέτει τη λειτουργία ECO, χρησιμοποιήστε τη λειτουργία αυτή εφόσον την επιδέχεται η συνταγή.
- Για συνταγές όπου απαιτείται μεγάλο χρονικό διάστημα μαγειρέματος, σβήστε τον φούρνο 5 με 10 λεπτά νωρίτερα και εκμεταλλευτείτε την υπολειπόμενη θερμότητα.
- Αν ο φούρνος σας διαθέτει λειτουργίες όπου χρησιμοποιείται αέρας, μαγειρέψτε διαφορετικά πιάτα ταυτόχρονα.



Συμβατικές Λειτουργίες

Οι λειτουργίες μαγειρέματος διαφέρουν από μοντέλο σε μοντέλο. Στους συνοδευτικούς πίνακες, αναφέρονται οι πιο χαρακτηριστικές.

Ο χρόνος και η θερμοκρασία που αναφέρονται στους πίνακες είναι ενδεικτικοί. Σας συνιστούμε να ξεκινάτε από τις χαμηλότερες τιμές και να τις αυξάνετε σταδιακά, αν χρειάζεται.

Πάντα χρησιμοποιείτε την μικρότερη ρύθμιση του εύρους που αναγράφεται στους πίνακες.

Γενικά, οι χρόνοι που αναγράφονται στους πίνακες έχουν υπολογιστεί με τα τρόφιμα να εισάγονται σε κρύο φούρνο.

Οι συνταγές για τις οποίες απαιτείται προθέρμανση του άδειου φούρνου, αναφέρονται ρητά.

Ορισμένα μοντέλα διαθέτουν λειτουργία ταχείας προθέρμανσης. Η λειτουργία αυτή

μειώνει τον χρόνο μαγειρέματος σε σχέση με αυτόν που αναγράφεται στον πίνακα. Όταν χρησιμοποιείτε τη λειτουργία αυτή, περιμένετε να εισάγετε το τρόφιμο όταν ο φούρνος έχει φτάσει στην κατάλληλη θερμοκρασία.

Τα επίπεδα όπου μπορούν να τοποθετηθούν τα ταψιά, ξεκινώντας το μέτρημα από την κάτω πλευρά, είναι:

1: Χαμηλό

2/3: Μεσαίο

4: Ψηλό

Το επίπεδο 4 είναι κατάλληλο για γκρατινάρισμα και ρόδισμα .

Για πιο ομοιόμορφο αποτέλεσμα, τοποθετείτε τα τρόφιμα όσο το δυνατόν πιο κοντά στο κέντρο του ταψιού ή της σχάρας.

Μικροκύματα

ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ

ΦΟΥΡΝΟΥ

Σε μία συμβατική κουζίνα η θερμότητα που εκπέμπεται από τις αντιστάσεις ή τις εστίες γκαζιού διεισδύει με αργό ρυθμό στα τρόφιμα από το εξωτερικό τους. Συνεπώς, υπάρχει μεγάλη απώλεια ενέργειας για τη θέρμανση του αέρα, των εξαρτημάτων του φούρνου και των σκευών που περικλείουν το φαγητό.

Στα μικροκύματα η θερμότητα παράγεται από το ίδιο το τρόφιμο, δηλαδή η θερμότητα ξεκινά από το εσωτερικό του τροφίμου και διοχετεύεται προς το εξωτερικό. Δεν υπάρχει απώλεια θερμότητας στον αέρα, στα τοιχώματα του θαλάμου του φούρνου ή στα σκεύη (αρκεί να πρόκειται για σκεύη που ενδείκνυνται για χρήση σε φούρνο μικροκυμάτων). Αυτό σημαίνει ότι μόνο το τρόφιμο θερμαίνεται.

Για να ανακεφαλαιώσουμε, οι φούρνοι μικροκυμάτων έχουν τα εξής πλεονεκτήματα

1. Εξοικονόμηση χρόνου μαγειρέματος. Σε γενικές γραμμές, υπάρχει μία μείωση του χρόνου κατά $\frac{3}{4}$ σε σύγκριση με τους συμβατικούς τρόπους μαγειρικής.
2. Υπερταχύ ξεπάγωμα των τροφίμων και, συνεπώς, μείωση του κινδύνου ανάπτυξης βακτηριδίων.
3. Εξοικονόμηση ενέργειας.
4. Διατήρηση των θρεπτικών συστατικών των τροφίμων, εξαιτίας της μείωσης της διάρκειας μαγειρέματος.
5. Εύκολος καθαρισμός.

Τρόπος λειτουργίας φούρνου μικροκυμάτων

Ο φούρνος μικροκυμάτων περιέχει μία βαλβίδα υψηλής τάσης, που ονομάζεται

μάγνητρο και μετατρέπει την ηλεκτρική ενέργεια σε ενέργεια μικροκυμάτων. Τα ηλεκτρομαγνητικά αυτά κύματα διοχετεύονται στο εσωτερικό του φούρνου από έναν οδηγό κυμάτων και κατανέμονται με τη χρήση ενός μεταλλικού διανομέα ή ενός περιστρεφόμενου δίσκου.

Στο εσωτερικό του φούρνου, τα μικροκύματα εκπέμπονται προς όλες τις κατευθύνσεις και αντανακλώνται από τα μεταλλικά τοιχώματα, διεισδύοντας, κατά συνέπεια, με ομοιόμορφο τρόπο στα τρόφιμα.

Πώς θερμαίνεται το φαγητό

Τα περισσότερα τρόφιμα εμπεριέχουν νερό, τα μόρια του οποίου πάλλονται από τα μικροκύματα.

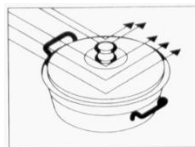
Η τριβή των μορίων παράγει θερμότητα, η οποία αυξάνει τη θερμοκρασία των τροφίμων, ξεπαγώνοντάς τα, μαγειρεύοντάς τα ή διατηρώντάς τα ζεστά.

Επειδή η θερμότητα παράγεται εντός των τροφίμων:

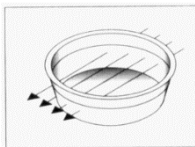
- Τα τρόφιμα μπορούν να μαγειρευτούν χωρίς την προσθήκη υγρών ή λίπους ή με μικρή ποσότητα αυτών;
- Το ξεπάγωμα, το ζέσταμα ή το μαγείρεμα στο φούρνο μικροκυμάτων διαρκεί λιγότερο απ' ό,τι στο συμβατικό φούρνο;
- Οι βιταμίνες, τα μεταλλικά στοιχεία και οι θρεπτικές ουσίες διατηρούνται;
- Δεν αλλοιώνεται ούτε το φυσικό χρώμα ούτε το άρωμα.

Τα μικροκύματα περνούν μέσα από πορσελάνη, γυαλί, χαρτί ή πλαστικό, αλλά όχι από μέταλλο. Για αυτό το λόγο, τα μεταλλικά σκεύη ή τα σκεύη με μεταλλικά τμήματα δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται στο φούρνο μικροκυμάτων.

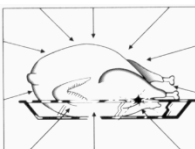
Τα μικροκύματα αντανακλώνται από το μέταλλο...



...περνούν μέσα από πορσελάνη και γυαλί...



...και απορροφούνται από τα τρόφιμα.



ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ ΜΕ ΦΟΥΡΝΟ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ



ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Πριν ξεκινήσετε το μαγείρεμα με τον φούρνο μικροκυμάτων, διαβάστε το εγχειρίδιο Εγκατάστασης και Συντήρησης.

Όταν μαγειρεύετε στο φούρνο μικροκυμάτων σας, ακολουθείτε τις παρακάτω συστάσεις:

- Πριν ζεστανετε ή μαγειρέψετε τρόφιμα με **φλούδα** (π.χ. μήλα, ντομάτες, πατάτες, λουκάνικα), **τρυπήστε τα με ένα πιρούνι** ώστε να μην σκάσουν. Κόβετε τα τρόφιμα πριν αρχίσετε το μαγείρεμά τους.
- Πριν χρησιμοποιήσετε ένα σκεύος ή πιάτο, ελέγξτε αν είναι κατάλληλο για χρήση σε φούρνο μικροκυμάτων (ανατρέξτε στη σχετική ενότητα κατάλληλων τύπων σκευών).
- Όταν χρησιμοποιείται ο φούρνος για τρόφιμα με πολύ λίγη υγρασία (π.χ. στο **ξεπάγωμα του ψωμιού**, στην παρασκευή ποπ κορν κ.λπ.), η υγρασία αυτή εξατμίζεται πολύ γρήγορα. Στην περίπτωση αυτή, η συσκευή λειτουργεί σαν να ήταν άδεια και τα φαγητά μπορεί

να καούν. Η κατάσταση αυτή μπορεί να προκαλέσει ζημιά στη συσκευή και στο σκεύος που χρησιμοποιείται. Επομένως, ο φούρνος πρέπει να προγραμματίζεται μόνο για τον απαραίτητο χρόνο και πρέπει, επίσης, να εποπτεύετε τη διαδικασία μαγειρέματος.

- Δεν είναι δυνατό να ζεσάνετε μεγάλες ποσότητες λαδιού (**τηγάνισμα**) στο φούρνο μικροκυμάτων.

Βγάζετε τα **προ-μαγειρεμένα φαγητά** από τη συσκευασία τους, γιατί οι συσκευασίες αυτές δεν είναι πάντα ανθεκτικές σε υψηλές θερμοκρασίες. Ακολουθείτε τις οδηγίες του παρασκευαστή του τροφίμου.

- **Αν θέλετε να χρησιμοποιήσετε διάφορα σκεύη**, όπως φλυτζάνια για παράδειγμα, τοποθετήστε τα ομοιόμορφα πάνω στον περιστρεφόμενο δίσκο.
- **Τα πλαστικά σακουλάκια** δεν πρέπει να σφραγίζονται με μεταλλικά κλιπ ή συρματάκια, αλλά με πλαστικά. Πρέπει να ανοίγεται αρκετές τρύπες στα σακουλάκια, ώστε να διαφεύγει εύκολα ο ατμός.
- Όταν ζεσταίνετε ή μαγειρεύετε φαγητά, να βεβαιώνετε ότι έχουν φτάσει **σε μία ελάχιστη θερμοκρασία 70°C**.
- Κατά τη διάρκεια της διαδικασίας μαγειρέματος, μπορεί να σχηματιστούν **υδρατμοί** πάνω στο κρύσταλλο της πόρτας, που ίσως αρχίσουν να στάζουν. Αυτή είναι μία φυσιολογική κατάσταση και μπορεί μάλιστα να παρουσιαστεί έντονα, αν η θερμοκρασία του δωματίου είναι χαμηλή. Αυτό δεν επηρεάζει την ασφαλή λειτουργία της συσκευής. Μετά την ολοκλήρωση της διαδικασίας μαγειρέματος, καθαρίστε το νερό που σχηματίστηκε από την υγροποίηση των υδρατμών.
- Όταν ζεσταίνετε υγρά, χρησιμοποιείτε **σκεύη με πλατύ άνοιγμα**, ώστε να διαφεύγει εύκολα ο ατμός.

Μαγειρεύετε τα φαγητά σύμφωνα με τις οδηγίες που αναφέρονται στο παρόν φυλλάδιο και δίνετε προσοχή στις διάρκειες μαγειρέματος και στα επίπεδα ισχύος που αναφέρονται στους πίνακες.

Να θυμάστε ότι οι τιμές που δίνονται είναι ενδεικτικές και ότι μπορούν να διαφοροποιηθούν σύμφωνα με την αρχική κατάσταση, τη θερμοκρασία, την υγρασία και τον τύπο του τροφίμου. Σας συνιστούμε να προσαρμόζετε το χρόνο μαγειρέματος και το επίπεδο ισχύος σε κάθε κατάσταση. Αναλόγως των ιδιοτήτων του τροφίμου, ο χρόνος μαγειρέματος μπορεί να παραταθεί ή συντομευτεί και το επίπεδο ισχύος να αυξηθεί ή μειωθεί.

ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ ΜΕ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ

1. Όσο μεγαλύτερη η ποσότητα του φαγητού, τόσο περισσότερο διαρκεί το μαγείρεμά του. Έχετε υπόψη σας τους παρακάτω κανόνες:
 - Διπλάσια ποσότητα » διπλάσιος χρόνος
 - Μισή ποσότητα » μισός χρόνος
2. Όσο χαμηλότερη η θερμοκρασία, τόσο μεγαλύτερος ο χρόνος μαγειρέματος.
3. Τα φαγητά που περιέχουν μεγαλύτερη ποσότητα υγρού, ζεσταίνονται γρηγορότερα.
4. Η καλή κατανομή του φαγητού στην βάση διευκολύνει το ομοιόμορφο μαγείρεμα. Αν τα πιο πυκνά/στερεά κομμάτια τοποθετηθούν περιμετρικά του σκεύους και τα λιγότερα στερεά στο κέντρο, είναι δυνατό να ζεσάνετε διαφορετικά είδη τροφίμων ταυτόχρονα.
5. Μπορείτε να ανοίξετε οποιαδήποτε στιγμή την πόρτα της συσκευής. Η συσκευή, στην περίπτωση αυτή, απενεργοποιείται αυτομάτως. Ο φούρνος μικροκυμάτων θα τεθεί ξανά σε λειτουργία, μόνο εφόσον η πόρτα κλείσει και πατηθεί το πλήκτρο έναρξης λειτουργίας.
6. Τα τρόφιμα που είναι σκεπασμένα χρειάζονται λιγότερο χρόνο μαγειρέματος και οι ιδιότητές τους διατηρούνται καλύτερα. Τα καπάκια που θα χρησιμοποιηθούν πρέπει να επιτρέπουν τη διέλευση των μικροκυμάτων και να διαθέτουν μικρά ανοίγματα, που θα επιτρέπουν τη διαφυγή του ατμού.
7. Για την επίτευξη των καλύτερων αποτελεσμάτων κατά τη θέρμανση

μικρών ποσοτήτων (όπως ενός ποτηριού νερού, μιας κούπας με γάλα ή μιας σακούλας ποπκόν) συνιστάται να τοποθετείτε τα είδη με τον εξής τρόπο:

- Εισάγετε τον γυάλινο δίσκο ή την τετράγωνη σχάρα στο υψηλότερο δυνατό επίπεδο, λαμβάνοντας υπόψη τις διαστάσεις του φαγητού ή ποτού που θέλετε να θερμάνετε.
- Τοποθετήστε το φαγητό ή ποτό στην αριστερή πλευρά του γυάλινου δίσκου ή της τετράγωνης σχάρας.
- Οι σακούλες ποπκόν δεν επιτρέπεται να τοποθετούνται απευθείας πάνω στη σχάρα. Τοποθετήστε τη σακούλα ποπκόν πάνω σε ένα γυάλινο ή κεραμικό πιάτο και κατόπιν τοποθετήστε το πιάτο πάνω στην αριστερή πλευρά της τετράγωνης σχάρας.

8. Γυρίζετε ή ανακατεύετε το φαγητό σε τακτικά διαστήματα για να βελτιώσετε την ομοιομορφία της θέρμανσης.
9. Για να επιτύχετε τα καλύτερα αποτελέσματα μαγειρέματος με τα μικροκύματα, τοποθετήστε το φαγητό πάνω στη σχάρα ή στον γυάλινο δίσκο και κατόπιν τοποθετήστε τα στο υψηλότερο δυνατό επίπεδο.
10. Μην τοποθετείτε το φαγητό απευθείας πάνω στη βάση της κοιλότητας του φούρνου. Η απόδοση θέρμανσης θα είναι κακή και υπάρχει κίνδυνος πρόκλησης ζημιάς στον φούρνο.
11. Μην καλύπτετε τη βάση του θαλάμου του φούρνου με αλουμινόχαρτο, επειδή υπάρχει κίνδυνος πρόκλησης ζημιάς στον φούρνο.

Ξεπάγωμα

ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΞΕΠΑΓΩΜΑΤΟΣ

1. Για το ξεπάγωμα χρησιμοποιείτε αποκλειστικά σκεύη που ενδείκνυνται για χρήση σε φούρνο μικροκυμάτων (πορσελάνη, γυαλί, κατάλληλα πλαστικά).
2. Η λειτουργία ξεπαγώματος με βάση τους βάρους και οι πίνακες αναφέρονται στη διαδικασία ξεπαγώματος ωμών τροφίμων.
3. Ο χρόνος ξεπαγώματος εξαρτάται από την ποσότητα και την πυκνότητα του τροφίμου. Όταν καταψύχετε τρόφιμα, προετοιμάζετέ τα και για τη διαδικασία απόψυξης. Κατανέμετε τα τρόφιμα ομοιόμορφα μέσα στα σκεύη τους.
4. Κατανέμετε τα τρόφιμα όσο καλύτερα γίνεται εντός του φούρνου μικροκυμάτων. Τα πιο χοντρά κομμάτια του ψαριού ή τα μπουτία του κοτόπουλου πρέπει να τοποθετούνται προς τα έξω. Μπορείτε να

προστατεύετε τα πιο ευαίσθητα κομμάτια των τροφίμων με κομμάτια αλουμινόχαρτο. **Προσοχή:** Το αλουμινόχαρτο δεν πρέπει να έρχεται σε έρχεται σε επαφή με τα τοιχώματα του θαλάμου του φούρνου, καθώς μπορεί να προκληθεί ηλεκτρικό τόξο.

5. Τα πιο μεγάλα κομμάτια των τροφίμων πρέπει να τα γυρίζετε αρκετές φορές.
6. Κατανέμετε τα κατεψυγμένα τρόφιμα όσο πιο ομοιόμορφα γίνεται, γιατί τα λεπτότερα κομμάτια ξεπαγώνουν γρηγορότερα σε σύγκριση με τα πιο χοντρά ή πλατιά κομμάτια.
7. Τα πλούσια σε λίπη τρόφιμα, όπως το βούτυρο, η κρέμα τυριού και η κρέμα, δεν πρέπει να ξεπαγώνουν πλήρως. Αν παραμείνουν σε θερμοκρασία δωματίου, θα είναι έτοιμα για σερβίρισμα εντός λίγων λεπτών. Στην περίπτωση πλήρως

κατεψυγμένης κρέμας γάλακτος, αν εντοπίσετε μικρά κομματάκια πάγου σχηματισμένα πάνω της, πρέπει να ανακατέψετε την κρέμα πριν τη σερβίρετε.

8. Τοποθετείτε τα πουλερικά πάνω σε πιατέλα που αναποδογυρίζεται, ώστε να στραγγίζονται πιο εύκολα τα υγρά τους.
9. Το ψωμί πρέπει να τυλίγεται σε μία πετσέτα, ώστε να μη χάνει την υγρασία του.
10. Γυρίζετε το φαγητό σε τακτά χρονικά διαστήματα.
11. Αφαιρείτε τα κατεψυγμένα τρόφιμα από τις συσκευασίες τους, και μην ξεχνάτε να βγάξετε οποιαδήποτε συρματάκια σφράγισης των συσκευασιών. Αν τα σκεύη, όπου φυλάσσονταν τα τρόφιμα

στον καταψύκτη, είναι επίσης κατάλληλα για ζέσταμα και μαγείρεμα σε φούρνο μικροκυμάτων, φροντίζετε απλά να αφαιρέτε το καπάκι. Σε οποιαδήποτε άλλη περίπτωση, τοποθετείτε τα τρόφιμα σε σκεύη που ενδείκνυνται για χρήση σε φούρνο μικροκυμάτων.

12. Τα υγρά που δημιουργούνται κατά το ξεπάγωμα των τροφίμων, ειδικά στην περίπτωση των πουλερικών, πρέπει να πετιούνται και σε καμία περίπτωση δεν πρέπει να έρχονται σε επαφή με άλλα τρόφιμα.
13. Μην ξεχνάτε ότι στη λειτουργία ξεπαγώματος απαιτείται κάποιος χρόνος αδράνειας, ώστε να ξεπαγώσει πλήρως το τρόφιμο.

Τι τύπου μαγειρικά σκεύη μπορούν να χρησιμοποιηθούν

ΣΤΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΩΝ

Στη λειτουργία μικροκυμάτων είναι σημαντικό να θυμάστε ότι τα μικροκύματα αντανakλώνται από τις μεταλλικές επιφάνειες. Το γυαλί, η πορσελάνη, τα κεραμικά σκεύη, το πλαστικό και το χαρτί επιτρέπουν στα μικροκύματα να τα διαπερνούν.

Συνεπώς, τα μεταλλικά σκεύη και τα ταψιά ή τα σκεύη με μεταλλικά τμήματα ή διακοσμητικά δεν μπορούν να χρησιμοποιηθούν στο φούρνο μικροκυμάτων. Τα γυαλικά και κεραμικά με μεταλλικά διακοσμητικά στοιχεία ή τμήματα (π.χ. μολυβδόχο γυαλικά καθρέπτης) δεν μπορούν, επίσης, να χρησιμοποιηθούν.

Κατασκευασμένα από ιδανικά, για χρήση σε φούρνο μικροκυμάτων, υλικά είναι τα πυρίμαχα γυαλίνα, πορσελάνινα ή κεραμικά σκεύη και το ανθεκτικό σε υψηλές θερμοκρασίες πλαστικό. Το λεπτό, εύθραυστο γυαλί και η λεπτή πορσελάνη

μπορούν να χρησιμοποιηθούν μόνο για περιορισμένο χρονικό διάστημα (π.χ. για ζέσταμα φαγητού). Τα ζεστά φαγητά μεταδίδουν θερμότητα στα σκεύη, τα οποία μπορεί να αναπτύξουν μεγάλη θερμοκρασία. Για αυτό, χρησιμοποιείτε πάντα **προστατευτικά γάντια φούρνου!**

ΔΟΚΙΜΑΣΤΕ ΤΗΝ ΑΝΤΟΧΗ ΤΩΝ ΣΚΕΥΩΝ

Τοποθετήστε το σκεύος μέσα στο φούρνο στη μέγιστη ισχύ μικροκυμάτων για 20 δευτερόλεπτα. Αν μετά από αυτό το χρονικό διάστημα παραμείνει κρύο ή απλά ζεσταθεί λίγο, είναι κατάλληλο. Αν όμως θερμανθεί πολύ ή δημιουργήσει ηλεκτρικό τόξο, δεν είναι κατάλληλο για χρήση σε φούρνο μικροκυμάτων.



ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Όταν χρησιμοποιείτε τον φούρνο, παρακαλούμε βεβαιωθείτε ότι δεν υπάρχουν ακατάλληλα αντικείμενα στο εσωτερικό του φούρνου, συμπεριλαμβανομένου και τις σχάρες που παρέχονται μαζί με την συσκευή και μπορούν να χρησιμοποιηθούν μόνο με το γκριλ ή την συμβατική λειτουργία φούρνου.

ΣΥΜΒΑΤΙΚΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ

Στις λειτουργίες Γκριλ και Θερμού αέρα, τα σκεύη θα πρέπει να αντέχουν σε θερμοκρασίες άνω των 300°C.

Τα πλαστικά σκεύη δεν είναι κατάλληλα για χρήση με το γκριλ.

ΣΤΙΣ ΣΥΝΔΥΑΣΤΙΚΕΣ

Στις συνδυαστικές λειτουργίες, τα σκεύη που θα χρησιμοποιηθούν θα πρέπει να είναι κατάλληλα και για τις δύο χρήσεις (μικροκύματα και γκριλ).

ΜΕΤΑΛΛΙΚΑ ΣΚΕΥΗ & ΑΛΟΥΜΙΝΟΧΑΡΤΟ

Τα προ-μαγειρεμένα φαγητά που είτε βρίσκονται εντός αλουμινένιων συσκευασιών είτε είναι τυλιγμένα σε αλουμινόχαρτο μπορούν να τοποθετηθούν στο φούρνο μικροκυμάτων, αν ακολουθηθούν οι παρακάτω οδηγίες:

Δίνετε προσοχή στις οδηγίες του παρασκευαστή του φαγητού, οι οποίες είναι τυπωμένες πάνω στη συσκευασία.

- Τα αλουμινένια σκεύη δεν πρέπει να είναι ψηλότερα των 3 εκατοστών και δεν πρέπει να έρχονται σε επαφή με τα τοιχώματα του θαλάμου του φούρνου (πρέπει να τηρείται ελάχιστη απόσταση 3 εκατοστών). Το αλουμινένιο καπάκι πρέπει να αφαιρείται.
- Τοποθετείτε το αλουμινένιο σκεύος απευθείας πάνω στην βάση. Αν χρησιμοποιήσετε τη σχάρα, το σκεύος πρέπει να τοποθετηθεί πάνω σε πορσελάνινο πιάτο. Μη βάζετε ποτέ αλουμινένιο σκεύος πάνω στη σχάρα!

- Ο χρόνος μαγειρέματος θα είναι μεγαλύτερος, γιατί τα μικροκύματα θα έχουν πρόσβαση στο φαγητό μόνο από το πάνω μέρος. Σε περίπτωση οποιωνδήποτε αμφιβολιών, είναι προτιμότερο να χρησιμοποιήσετε αποκλειστικά σκεύη ενδεικνυόμενα για χρήση σε μικροκύματα.

- Στη διαδικασία του ξεπαγώματος μπορεί να χρησιμοποιηθεί αλουμινόχαρτο για την αντανάκλαση των μικροκυμάτων. Μπορείτε να προστατεύσετε από την υπερβολική θερμότητα τα ευαίσθητα τρόφιμα, όπως τα πουλερικά ή τον κιμά, καλύπτοντάς τα με αλουμινόχαρτο όπου χρειάζεται.

- Σημαντικό: το αλουμινόχαρτο δεν πρέπει να έλθει σε επαφή με τα τοιχώματα του θαλάμου του φούρνου, καθώς μπορεί να προκληθεί ηλεκτρικό τόξο.

ΚΑΠΑΚΙΑ

Συνιστάται η χρήση γυάλινων και πλαστικών καπακιών ή διαφανούς μεμβράνης για τους ακόλουθους λόγους:

1. Αποτρέπουν την υπερβολική διαφυγή ατμού (ειδικά όταν ο χρόνος μαγειρέματος είναι πολύ μεγάλος).
2. Επιταχύνεται η διαδικασία μαγειρέματος.
3. Τα φαγητά δε χάνουν την υγρασία τους.
4. Διατηρείται το άρωμα. Το καπάκι πρέπει να έχει τρύπες, ώστε να μη δημιουργείται οποιαδήποτε μορφή πίεσης. Και τα πλαστικά σακουλάκια πρέπει να έχουν, επίσης, ανοίγματα. Τα μπιμπερό και τα βαζάκια παιδικών τροφών ή άλλα παρόμοια σκεύη πρέπει να χρησιμοποιούνται στο φούρνο χωρίς καπάκι, καθώς υπάρχει κίνδυνος έκρηξης αν παραμείνουν βιδωμένα.



ΣΗΜΕΙΩΣΗ

Για μια γενική ιδέα του ποιοί τύποι μαγειρικών σκευών είναι κατάλληλοι για κάθε περίπτωση, παρακαλούμε ελέγξτε τον πίνακα στο τέλος του παρόντος εγχειριδίου, στην ενότητα "Μαγειρικά Σκεύη".

Содержание

Описание функций печи	21	Пицца	33
Использование печи и охрана окружающей среды	22	Хлеб	33
Традиционные режимы	23	Гарниры и блюда из макарон	34
Микроволны	23	Кондитерские изделия	35
Приготовление блюд в микроволновой печи	24	Разморозка по времени	38
Приготовление блюд в микроволновой печи	25	Таблицы температур и времени - Пар	39
Разморозка	26	Рыба	39
Общие указания по разморозке	26	Яйца	40
Посуда для печи	27	Мясо	40
Микроволны	27	Гарниры	41
Проверка посуды	27	Овощи	42
Обычные функции	27	Клёцки	44
Комбинированный режим	28	Десерты	44
Металлические емкости и алюминиевая фольга	28	Фрукты (Стерилизация/выварка)	45
Крышки	28	Регенерация	45
ПТИЦА	29	Бланшировка	46
Таблицы температур и времени	29	Размораживание	46
Рыба	32	Посуда	50

Описание функций печи



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Доступные функции зависят от конкретной модели печи.

Чтобы проверить, какие функции доступны именно для вашей печи, обратитесь к Руководству пользователя, прилагаемому к данному Руководству по приготовлению блюд.



ТРАДИЦИОННЫЙ НАГРЕВ

Этот режим используется для выпечки кексов, когда требуется равномерный нагрев, чтобы получить пористую структуру.



ТРАДИЦИОННЫЙ НАГРЕВ С ВЕНТИЛЯТОРОМ

Подходит для жарки и запекания. Вентилятор равномерно распределяет горячий воздух по камере печи, благодаря чему уменьшается время приготовления и необходимая температура.



ГРИЛЬ И НИЖНИЙ НАГРЕВАТЕЛЬНЫЙ ЭЛЕМЕНТ

Отлично подходит для жарки. Можно использовать для жарки любых кусков мяса любого размера.



МАКСИГРИЛЬ

Для жарки поверхностей больше, чем под обычным грилем, на большей мощности для ускоренного поджаривания продуктов.



ГРИЛЬ

Поджаривание и подрумянивание. Гриль поджаривает продукт снаружи, не затрагивая его внутреннюю часть. Подходит для плоских кусков продуктов,

таких как стейки, ребрышки, рыба и тосты.



ГРИЛЬ / МАКСИГРИЛЬ С ВЕНТИЛЯТОРОМ

Для равномерной жарки с одновременным подрумяниванием снаружи. Идеально подходит для одновременного приготовления в гриле нескольких видов продуктов. Хорошо справляется с крупными кусками, например, с птицей или дичью целиком.

Кладите мясо на решетку для гриля, а под нее ставьте противень для сбора мясного сока.



НИЖНИЙ НАГРЕВ

Нагрев идет только снизу, со дна печи. Подходит для подогрева тарелок, для расстойки и подъема теста и для других подобных задач.



ТУРБОРЕЖИМ + НИЖНИЙ НАГРЕВ (РЕЖИМ ПИЦЦЫ)

Отлично подходит для приготовления пиццы, выпечки закрытых и открытых пирогов и бисквитов.



ТУРБОРЕЖИМ

Вентилятор распределяет горячий воздух, поступающий от нагревательного элемента, расположенного в задней части духовки. Благодаря равномерному распределению тепла можно одновременно готовить на двух полках.



МЕДЛЕННАЯ ВАРКА

Этот режим специально разработан для приготовления традиционных запеканок, тушеных блюд, а также для любых других блюд, требующих

длительного приготовления при слабом нагреве.

ECO ЭКО-программа

Для готовки с минимальным расходом электроэнергии. Печь работает в режиме традиционного нагрева и автоматически выключается за несколько минут до истечения заданного времени. За оставшееся время блюдо успевает дойти благодаря остаточному теплу в печи. Рекомендуется для рыбы и разных видов жареного мяса.

❄️ РАЗМОРОЗКА

Этот режим подходит для медленной разморозки продуктов, особенно для тех, которые употребляют без разогрева, например, соусы, кондитерские изделия, пироги, кексы и пр. В некоторых моделях этот режим позволяет разогревать пищу горячим воздухом на двух уровнях. HI (высокий уровень) лучше подходит для разнообразных мясных блюд, а LO (низкий уровень) для рыбы, выпечки и хлеба.

🌀 МИКРОВОЛНЫ

Этот режим идеально подходит для приготовления и разогрева овощей, картофеля, риса, рыбы и мяса.

🍲 КОМБИНИРОВАННЫЙ РЕЖИМ С МИКРОВОЛНАМИ

Этот режим отлично подходит для приготовления лазаньи, птицы, жареного картофеля и подрумяненных блюд.

☁️ ПАР

Этот режим идеально подходит для приготовления овощей, картофеля, риса, рыбы и мяса.

🍞 ПОДЪЕМ ТЕСТА

Этот режим специально предназначен для подъема и расстойки теста для хлеба и выпечки.

🔥 БЫСТРЫЙ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ НАГРЕВ

Этот режим позволяет быстро разогреть печь до выбранной температуры. Используйте его, когда по рецепту нужно начинать приготовление блюда при какой-то определенной температуре.

Использование печи и охрана окружающей среды

Советы по энергосбережению:

- Уберите из печи все принадлежности, которые не нужны для приготовления вашего блюда.
- Используйте посуду, предназначенную для микроволновых печей, предпочтительно темную.
- Во время работы печи как можно меньше открывайте дверцу.
- Избегайте разогрева пустой печи. Предпочтительно класть продукты в холодную печь, если это допускается по рецепту.
- Если ваша печь имеет эко-программу, готовьте на ней все блюда, рецепт которых допускает такое приготовление. Если блюдо готовится долго, то выключите печь за 5–10 минут до окончания времени приготовления: таким образом вы сможете использовать остаточное тепло печи для того, чтобы блюдо дошло.
- Если ваша печь оснащена вентилятором, то старайтесь одновременно готовить в ней несколько блюд.



Традиционные режимы

Режимы приготовления различаются для разных моделей. В приведенных таблицах представлено рекомендуемое время приготовления основных блюд.

Однако в этих таблицах показано лишь ориентировочное время и температура приготовления блюд. Рекомендуется для начала выбрать минимальные значения и при необходимости увеличивать их.

Старайтесь всегда использовать нижнюю границу соответствующего диапазона, приведенного в таблице.

Как правило, время приготовления определено из расчета того, что продукты будут помещены в холодную печь.

Если по рецепту требуется предварительно нагреть печь, это будет указано отдельно.

Некоторые модели оснащены режимом быстрого предварительного нагрева. При использовании этого режима время приготовления будет меньше, чем указано в таблицах. При использовании данного режима кладите продукты в печь, только когда она нагреется до выбранной температуры.

Уровни решеток и противней в печи считаются снизу вверх:

1: Нижний.

2/3: Средний.

4: Верхний.

Уровень 4 предназначен для поджаривания и подрумянивания грилем. Для того, чтобы блюдо готовилось как можно более равномерно, кладите продукты на середину решетки или противня.

Микроволны

ПРЕИМУЩЕСТВА МИКРОВОЛНОВОГО ИЗЛУЧЕНИЯ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЩИ

В традиционных духовых шкафах тепло, выделяемое электрическими нагревательными элементами или газовыми горелками, медленно распространяется от наружного слоя продуктов в их толщу. При этом очень большая часть энергии расходуется впустую, на нагрев воздуха, стенок духового шкафа и посуды.

В микроволновой печи тепло образуется в самом продукте и распространяется из его середины к наружному слою. Тепло не расходуется на нагрев воздуха, стенок печи и посуды (если посуда подходит для использования в микроволновой печи);

иными словами, нагреваются только продукты.

Микроволновые печи имеют следующие преимущества:

1. Быстрое приготовление: в общем случае время приготовления на 3/4 меньше, чем при традиционном способе нагрева.
2. Чрезвычайно быстрая разморозка, за время которой не успевают размножиться вредные бактерии.
3. Экономия электроэнергии.
4. Сохранение полезных веществ в продуктах благодаря сокращению времени их приготовления.
5. Простота очистки.

Как работает микроволновая печь

Сердцем микроволновой печи является высоковольтная электронная лампа-магнетрон, которая преобразует электрическую энергию в микроволновое излучение. Это электромагнитное излучение направляется в камеру микроволновой печи по волноводу и распределяется с помощью специального металлического отражателя или благодаря вращению столика с продуктами.

В камере печи микроволновое излучение распространяется в разных направлениях, отражается от металлических стенок и равномерно проникает в продукты.

Почему еда нагревается

В большинстве продуктов содержится вода, молекулы которой под действием микроволнового излучения начинают вибрировать.

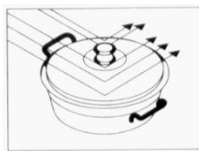
Благодаря этой вибрации молекул образуется тепло, которое поднимает температуру продуктов, размораживает их, готовит или разогревает.

Поскольку тепло возникает в толще продуктов:

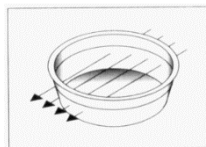
- их можно готовить практически без жидкости, кулинарного жира или масла;
- разморозка, нагрев и приготовление в микроволновой печи происходят гораздо быстрее, чем в традиционном духовом шкафу;
- в продуктах сохраняются витамины, минеральные и питательные вещества;
- сохраняется натуральный цвет, вкус и аромат продуктов.

Микроволновое излучение проникает через фаянс, стекло, картон и пластмассу, но не проходит через металл. По этой причине нельзя использовать в микроволновых печах металлические емкости и посуду с металлическими частями, включая металлизированный («золотой» или «серебряный») рисунок.

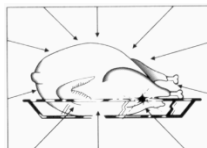
Микроволны отражаются от металла...



...но легко проникают через стекло и фаянс...



...и поглощаются продуктами.



ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД В МИКРОВОЛНОВОЙ ПЕЧИ



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

микроволновой печи, прочитайте брошюру «Установка и обслуживание».

При готовке в микроволновой печи следуйте приведенным ниже рекомендациям:

- Перед разогревом или приготовлением продуктов **со шкуркой либо кожей** (напр., яблок, помидоров, картофеля, сосисок) **наколите их**, чтобы они не взорвались. Если продукты нужно порезать на кусочки, то сделайте это до приготовления.
- Перед использованием посуды убедитесь, что она подходит для микроволновой печи (см. раздел о типах посуды).
- При приготовлении продуктов с малым содержанием влаги (напр., **при размораживании хлеба**, приготовлении попкорна и пр.) вода из них очень быстро испаряется. После этого микроволновая печь работает так, как

будто она пустая, и продукты могут загореться. В этом случае может быть повреждена как посуда, так и сама микроволновая печь. Поэтому для таких продуктов следует выставлять минимальное время приготовления и постоянно следить за процессом.

- В микроволновой печи нельзя нагревать большое количество масла (**для жарки**).
- **Готовые блюда** перед разогревом часто приходится переключать в тарелки, так как контейнеры, в которых они продаются, не всегда подходят для микроволновой печи. Следуйте рекомендациям на упаковке готового блюда.
- Если вы хотите поставить в микроволновую печь **одновременно несколько емкостей**, например, чашек, то равномерно распределите их по столу/основанию.
- Не закрывайте пакеты **металлическими зажимами**. Используйте только пластмассовые зажимы. Для свободного выхода пара наколите пакет в нескольких местах.
- При разогреве и приготовлении пищи проследите, чтобы она нагрелась **до температуры не ниже 70°C**.
- Во время приготовления на дверце печи может образоваться **конденсат**, который может даже начать стекать по стеклу. Это нормально, особенно при достаточно низкой температуре в помещении. Образование конденсата не мешает работе печи. После того, как еда будет готова, просто вытрите стекающую воду.
- Для разогрева жидкостей используйте **посуду с широким горлышком**, чтобы пар мог легко выходить.

Готовьте блюда в соответствии с рецептами, учитывая приведенные в таблицах время приготовления и мощность.

Однако не следует забывать, что все данные в таблицах несут лишь

рекомендательный характер и сильно зависят от исходного состояния продуктов, их температуры, содержания влаги и состава. Рекомендуется выбирать время приготовления и мощность индивидуально для каждой ситуации. В зависимости от конкретных характеристик продукта вам, возможно, придется увеличить или сократить время приготовления или выбрать другой уровень мощности.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД В МИКРОВОЛНОВОЙ ПЕЧИ

1. Чем больше продуктов вы положите в микроволновую печь, тем дольше придется их готовить. Следуйте простому правилу:
 - две порции вместо одной >> удвоенное время
 - половина порции вместо целой >> половина времени
2. Чем ниже температура, тем дольше приготовление.
3. Продукты, содержащие много влаги, нагреваются значительно быстрее.
4. Для более равномерного приготовления как можно более равномерно распределяйте продукты по дну посуды. Если вы положите более плотные продукты по краям тарелки, а менее плотные посередине, то можно добиться одновременного нагрева разных видов продуктов.
5. Дверцу микроволновой печи можно открывать в любой момент, даже когда печь работает. При этом срабатывает блокировка, и печь останавливается автоматически. Для возобновления ее работы закройте дверцу и нажмите кнопку пуска.
6. Для сокращения времени приготовления и сохранения полезных свойств продуктов можно накрывать их специальной крышкой. Крышка для использования в микроволновой печи должна свободно пропускать

микроволны и иметь небольшие отверстия для выхода пара.

7. Для достижения наилучших результатов при разогреве небольшой загрузки (стакан воды, кружка молока или пакет попкорна) предлагается следующее размещение:

- Установите стеклянный лоток или прямоугольную стойку максимально высоко, учитывая размеры пищи или напитка, которые необходимо разогреть;
- Поместите пищу или напиток в левой стороне стеклянного лотка или прямоугольной стойки;
- Пакет попкорна нельзя размещать непосредственно на стойке; поместите пакет попкорна на стеклянную или керамическую тарелку, а затем поставьте тарелку

на левую сторону прямоугольной стойки;

8. Регулярно поворачивайте или перемешивайте пищу, чтобы улучшить равномерность разогрева.
9. Чтобы добиться наилучших результатов приготовления в микроволновой печи, поместите продукты на стойку или на стеклянный лоток, которые располагаются максимально высоко.
10. Не размещайте пищу непосредственно на дне камеры микроволновой печи. Производительность разогрева будет низкой, и существует опасность повреждения печи.
11. Не закрывайте дно камеры микроволновой печи листами алюминиевой или оловянной фольги, так как существует опасность повреждения печи.

Разморозка

ОБЩИЕ УКАЗАНИЯ ПО РАЗМОРОЗКЕ

1. Для разморозки продуктов используйте только посуду, подходящую для микроволновой печи (фаянс, стекло, некоторые виды пластмасс).
2. Функция «разморозки по весу» и время, приведенное в соответствующих таблицах, действуют только для сырых продуктов.
3. Время разморозки зависит не только от веса продукта, но и от толщины куска. Учитывайте это при замораживании продуктов. Укладывайте продукты в емкость равномерно.
4. Распределяйте продукты в камере печи как можно более равномерно. Самая толстая часть куска рыбы или куриной ножки должна быть направлена наружу. Самые тонкие части куска можно защитить кусочком алюминиевой фольги. Важно: Алюминиевая фольга ни в коем случае не должна касаться стенок печи, иначе она будет искрить.

5. Если вы размораживаете слишком толстый кусок, его нужно будет несколько раз перевернуть.
6. Раскладывайте замороженные продукты как можно ровнее, так как слишком тонкие и узкие части куска оттаивают существенно быстрее, чем толстые и широкие, и могут начать поджариваться, в то время как остальная часть еще не растаяла до конца.
7. Не пытайтесь полностью разморозить продукты с высоким содержанием жира, такие как сливочное масло, сливочный сыр или сливки. Лучше дополнительно подержать их несколько минут при комнатной температуре перед подачей на стол. Если в подвергавшихся ультразаморозке сливках вы обнаружите кусочки льда, то достаточно перемешать их перед употреблением.
8. При размораживании птицы кладите ее на перевернутую тарелку, чтобы сок мог свободно стекать.

9. Чтобы при размораживании хлеб не пересыхал, заверните его в салфетку.
10. Регулярно переворачивайте продукты.
11. Перед разморозкой извлеките продукты из упаковки и не забудьте снять с них любые металлические предметы, например, проволоку и зажимы. Если продукты были заморожены в контейнере, подходящем для использования как в морозильной камере, так и в микроволновой печи, то достаточно снять с него крышку. Во всех других случаях придется переложить замороженные продукты в емкости, которые можно использовать в микроволновой печи.
12. Жидкость, образовавшаяся при размораживании продуктов, особенно птицы, нужно вылить. Ни в коем случае нельзя допускать контакта этой жидкости с другими продуктами.
13. Не забывайте, что после размораживания в микроволновой печи нужно дать продуктам некоторое время постоять при комнатной температуре, чтобы они окончательно оттаяли.

Посуда для печи

МИКРОВОЛНЫ

При использовании режима микроволн не забывайте, что микроволновое излучение отражается от металлических поверхностей. Стекло, фарфор, глина, пластмасса и бумага пропускают микроволновое излучение.

Поэтому в микроволновой печи нельзя использовать металлическую посуду, а также посуду из других материалов с металлическими деталями, в том числе с металлизированным («золотым» и «серебряным») рисунком. Посуду из стекла или глины с металлизированной отделкой или с входящим в ее состав металлом (напр., хрусталь) тоже нельзя использовать в микроволновых печах.

Идеальная посуда для микроволновых печей — это посуда из стекла, жаростойкого фарфора или глины, либо из жаростойкой пластмассы. Очень тонкое и хрупкое стекло либо фарфор можно использовать только для кратковременного подогрева.

Тепло от горячих продуктов передается посуде, которая может очень сильно нагреться. Поэтому никогда не прикасайтесь к посуде без прихватки!

ПРОВЕРКА ПОСУДЫ

Возьмите посуду, насчет которой у вас возникли сомнения, поставьте ее в печь и включите режим микроволн на максимальной мощности на 20 секунд. Если после этого посуда останется холодной или чуть теплой на ощупь, то ее можно использовать. Если же посуда станет горячей или начнет искрить, это означает, что она непригодна для использования в микроволновой печи.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

Если вы собираетесь готовить в режиме микроволн, то убедитесь, что в камере печи нет ничего лишнего; в том числе необходимо убрать и металлические противни и решетки, входящие в комплект бытового прибора, но предназначенные для использования в других режимах.

ОБЫЧНЫЕ ФУНКЦИИ

Для использования в режимах гриля и конвекции посуда должна выдерживать температуру не ниже 300°C.

В режиме гриля нельзя использовать посуду из пластмассы.

КОМБИНИРОВАННЫЙ РЕЖИМ

Для использования в комбинированном режиме посуда должна подходить как для режима гриля, так и для режима микроволн.

МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ ЕМКОСТИ И АЛЮМИНИЕВАЯ ФОЛЬГА

Готовые блюда в алюминиевых контейнерах или в алюминиевой фольге можно разогревать в микроволновой печи только при соблюдении следующих условий:

Учитывайте рекомендации изготовителя готового блюда, приведенные на упаковке.

- Металлические контейнеры не должны быть выше 3 см и не должны касаться стенок камеры (**минимальное расстояние до стенки 3 см**). Необходимо снять алюминиевую крышку или фольгу, которой закрывается контейнер.
- Ставьте металлический контейнер непосредственно на дно печи. Если вы используете металлическую решетку, то поставьте контейнер на керамическую тарелку. Ни в коем случае не ставьте контейнер прямо на решетку!
- Время разогрева придется увеличить, так как микроволновое излучение будет попадать в продукты только сверху. Если вы сомневаетесь, то лучше переложите еду в посуду, заведомо подходящую для микроволновой печи.

- Алюминиевую фольгу можно использовать для защиты отдельных участков продуктов при разморозке. Можно прикрыть фольгой от чрезмерного нагрева края и углы нежных продуктов, таких как птица или рубленое мясо.

- **Важно:** алюминиевая фольга не должна касаться стенок камеры микроволновой печи, поскольку она может начать искрить.

КРЫШКИ

Рекомендуем накрывать продукты стеклянной или пластмассовой крышкой либо пищевой пленкой, поскольку:

1. Это предотвратит излишнее испарение (особенно при длительном приготовлении);
2. Сократится время приготовления;
3. Блюдо не пересохнет;
4. Сохранится вкус и аромат еды.

В крышке должны быть отверстия для выхода пара, чтобы под ней не создавалось избыточное давление. Полиэтиленовые пакеты тоже следует открывать. Бутылочки и баночки с детским питанием и прочие подобные емкости можно разогревать только без крышечек, иначе они могут взорваться.























ПРИМЕЧАНИЕ

Общее представление о том, какая посуда подходит для каждого случая, можно получить из главы «Посуда для печи» в настоящем Руководстве.

DRÓB / ΠΟΥΛΕΡΙΚΑ / ΠΤΙЦΑ

















	WAGA ΒΑΡΟΣ ΒΕC (KG)	ΡΟΖΙΟМ ΕΠΙΠΕΔΟ ПРОТИВЕНЬ ПОЛОЖЕНИЕ	ΦΥΝΚΤΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	ΤΕΜΡΕΡΑΤ. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΡΕΡΑΤУРА (°C)	СΖΑΣ ΧΡΟΝΟΣ ВРЕМЯ (MIN)	RODZAJ NACZYNIА ΣΚΕΥΟΣ ПОСУДА
Kaczka Πάπια Утка	1,50	1		190-210	55-60	Błacha do pieczenia Таψί Противень
				170-190	45-55	
Pierś z kaczki Στήθος πάπιας Утиная грудка	0,40	4		180-190	10-12	Ruszt Σχάρα Решетка
				200-210	8-10	
Udka z kaczki Μπουτάκια πάπιας Утиные бедрышки	2 sztuki 2 τεμ. 2 шт	2/3		170-190	45-50	Błacha do pieczenia Таψί Противень
				160-180	55-60	
Kurczak Κοτόπουλο Курица	1,20	1		190-210	55-60	Błacha do pieczenia Таψί Противень
				170-190	50-55	
Udka z kurczaka Μπουτάκια κοτόπουλου Куриные бедрышки	4 sztuki 4 τεμ. 4 шт	2/3		190-210	25-30	Błacha do pieczenia Таψί Противень
				190-200	20-25	
Indyk Γαλοπούλα Индейка	4,00	1		190-200	70-75	Błacha do pieczenia Таψί Противень
				180-200	65-70	

ΜΙΞΟΣ / ΚΡΕΑΤΑ / ΜΥΣΟ

	WAGA ΒΑΡΟΣ ΒΕΣ (KG)	POZIOM ΕΠΙΠΕΔΟ ΠΡΟΤΙΒΕΝЬ ПОЛОЖЕНИЕ	FUNKCJA ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	TEMPERAT. ΘΕΡΜΟΚΡ. ТЕΜΠΕΡΑΤУΡΑ (°C)	CZAS ΧΡΟΝΟΣ ВРЕМЯ (MIN)	RODZAJ ΝΑΣΖΥΝΙΑ ΣΚΕΥΟΣ ПОСУДА
Pieczeń cielęca Μοσχάρι ψητό Жаркое из телятины	2,00	1	  	190-210 180-200 180-200	85-90 90-95 80	Blacha do pieczenia Таψί Противень
Pieczeń wołowa Ροσμίτφ Жаркое из говядины	0,60	2/3	  	190-200 190-200 180-200	45-50 60-65 35-40	Blacha do pieczenia Таψί Противень
Pieczeń faszerowana Ψητό με γέμιση Изделия из мясного фарша	1,00	2/3	  	175-180 170-180 170-180	45-50 55-60 45-50	Blacha do pieczenia Таψί Противень
Kotlety wołowe Μοσχάρισα παιδάκια Отбивные из говядины	0,50	2/3		220	15	Ruszt Σχάρα Решетка
Stek wołowy Μοσχάρισα μπριζόλα Говяжий стейк	1,00	2/3	  	220 220	15 25-30	Ruszt Σχάρα Решетка
Stek z łaty wołowej Λάπα μοσχάρισα Тушеная говядина	1,00	2/3	  	180-200 180-200	33-45 25-30	Blacha do pieczenia Таψί Противень
Pieczeń wieprzowa Χοιρινό ψητό Жаркое из свинины	1,00	2/3	  	180-190 170-190 180-200	50-55 45-50 55-60	Blacha do pieczenia Таψί Противень
Kotlety wieprzowe Μπριζόλα χοιρινή Свинные отбивные	0,50	2/3		200-220	15	Ruszt Σχάρα Решетка

ΜΙΞΟΣ / ΚΡΕΑΤΑ / ΜΥΣΟ

	WAGA ΒΑΡΟΣ ΒΕΣ (KG)	POZIOM ΕΠΙΠΕΔΟ ПРОТИВЕНЬ ПОЛОЖЕНИЕ	FUNKCJA ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	TEMPERAT. ΘΕΡΜΟΚΡ. ТЕΜΠΕΡΑΤУРА (°C)	CZAS ΧΡΟΝΟΣ ВРЕМЯ (MIN)	RODZAJ ΝΑΣΤΥΝΙΑ ΣΚΕΥΟΣ ПОСУДА
Łopátka wieprzowa Ωμολάττη χοιρινή Свинья лопатка	1,50	2/3		190-200	55-60	Blacha do pieczenia Ταψί Противень
				190-200	40-50	
Prosię Γουρουνόπουλο Молочный поросенок	1,40	2/3		190-210	60-70	Blacha do pieczenia Ταψί Противень
				170-190	70-75	
Żeberka wieprzowe Χοιρινά παϊδάκια Свинные ребрышки	0,50	2/3		190-210	25-30	Blacha do pieczenia Ταψί Противень
				190-210	30	
Golonka Κότσι Свинная рулька	1,00	2/3		190-210	50-55	Ruszt Σχάρα Решетка
				180-200	45-50	
				170-190	45-55	
Mięso z dzika Αγριογούρουνο Кабанятина	2 sztuki 2 τεμ. 2 шт	2/3		180	15	Ruszt Σχάρα Решетка
				190-200	12-15	
Jagnięcina Αρνίσιο κρέας Баранина	1,00	2/3		190-210	35-40	Blacha do pieczenia Ταψί Противень
				180-200	45-50	
				190-200	45-50	
Udziec bez kości Μπούτι χωρίς κόκκαλο Мясо на кости с суставом	0,60	2/3		170-190	45-55	Blacha do pieczenia Ταψί Противень
				180-190	35-40	
Mięso z kangura Καγκουρό Кенгурятина	2,00	1		190-210	55-60	Blacha do pieczenia Ταψί Противень
				180-200	45-55	

	WAGA ΒΑΡΟΣ ΒΕΣ (KG)	POZIOM ΕΠΙΠΕΔΟ ПРОТИВЕНЬ ΠΟΛΩΘΗΝΗ	FUNKCJA ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	TEMPERAT. ΘΕΡΜΟΚΡ. ТЕΜΠΕΡΑΤУΡΑ (°C)	CZAS ΧΡΟΝΟΣ ВРЕМЯ (MIN)	RODZAJ NACZYNIА ΣΚΕΥΟΣ ΠΟСУΔΑ
Solony okoń morski Λαβράκι σε κρούστα Αλατιού Сибас, запеченный в соли	1,00	2/3		180-200	20-25	Blacha do pieczenia Таψί Противень
			 	190-200	18-20	
Morlesz Συναγρίδα Морской лещ	1,00	2/3		190-200	20-25	Blacha do pieczenia Таψί Противень
			 	190-200	10-15	
Medaliony z morszczuka Βακαλάος φρέσκος σε φέτες Медальоны из хека	1,10	2/3		190-210	15-20	Blacha do pieczenia Таψί Противень
			 	180-200	10-12	
Medaliony z łososia Σολομός σε φέτες Медальоны из лосося	1,10	2/3		190-200	15-20	Blacha do pieczenia Таψί Противень
			 	200-210	10-15	
Pudding rybny Τερίνα ψαριού Рыбный мусс	2,00	1	 	160	50	Płytko forma Φόρμα Неглубокое блюдо
				150-160	60-65	
Vol-au-vent z rybą Βολοβάν με ψάρι Волван с рыбой	0,50	2/3		180-190*	18-20	Blacha do pieczenia Таψί Противень

* W przypadku tych dań zaleca się nagrzać pusty piekarnik, a potrawy umieścić w piekarniku po osiągnięciu ustawionej temperatury.

* Στις συνταγές αυτές, προθερμάνετε τον φούρνο άδειο και εισάγετε τα τρόφιμα όταν ο φούρνος φτάσει στην επιλεγμένη θερμοκρασία.

* Для приготовления этих блюд сначала разогрейте пустую печь и кладите в нее продукты, лишь когда будет достигнута нужная температура.

PIZZA / ΠΙΤΣΑ / ΠИЦЦА

	WAGA ΒΑΡΟΣ ВЕС (KG)	POZIOM ΕΠΙΠΕΔΟ ПРОТИВЕНЬ ПОЛОЖЕНИЕ	FUNKCJA ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	TEMPERAT. ΘΕΡΜΟΚΡ. ТЕΜΠΕΡΑΤУΡΑ (°C)	CZAS ΧΡΟΝΟΣ ВРЕМЯ (MIN)	RODZAJ NACZYNNIA ΣΚΕΥΟΣ ΠΟΣΥΔΑ
Pizza na grubym cieście Πίτσα με παχιά βάση Пицца на толстом тесте	0,60	2/3		190-210	30-35	Ruszt Σχάρα Решетка
				190-200	20-25	
Pizza na cienkim cieście Πίτσα με λεπτή βάση Пицца на тонком тесте	0,60	2/3		190-200	15-20	Ruszt Σχάρα Решетка
				200-210	10-15	

CHLEB / ΨΩΜΙ / ХЛЕБ

	WAGA ΒΑΡΟΣ ВЕС (KG)	POZIOM ΕΠΙΠΕΔΟ ПРОТИВЕНЬ ПОЛОЖЕНИЕ	FUNKCJA ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	TEMPERAT. ΘΕΡΜΟΚΡ. ТЕΜΠΕΡΑΤУΡΑ (°C)	CZAS ΧΡΟΝΟΣ ВРЕМЯ (MIN)	RODZAJ NACZYNNIA ΣΚΕΥΟΣ ΠΟΣΥΔΑ
Chleb biały Λευκό ψωμί Белый хлеб	0,50	2/3		200-220	20-25**	Blacha do pieczenia Ταψί Противень
Chleb żytni Μαύρο ψωμί Ржаной хлеб	0,15	2/3		200-220	10-15**	Blacha do pieczenia Ταψί Противень
Chleb pełnoziarnisty Ψωμί ολικής αλέσεως Хлеб из цельнозерново й муки	0,15	2/3		200-220	10-30**	Blacha do pieczenia Ταψί Противень

** Ustawić funkcję grzania "grzałka dolna" , 100 °C, ok. 30 min.

** Προηγείται φούσκωμα στη λειτουργία , 100 °C , για 30 λεπτά περίπου.

** Подъем и расстойка, 100°C, примерно 30 мин.

PRZYSTAWKI I MAKARONY / ΟΡΕΚΤΙΚΑ ΚΑΙ ΖΥΜΑΡΙΚΑ / ГАРНИРЫ И БЛЮДА ИЗ МАКАРОН

	WAGA ΒΑΡΟΣ ΒΕΣ (KG)	ΡΟΖΙΟΜ ΕΠΙΠΕΔΟ ПРОТИВЕНЬ ПОЛОЖЕНИЕ	FUNKCJA ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	TEMPERAT. ΘΕΡΜΟΚΡ. ТЕΜΠΕΡΑΤУΡΑ (°C)	CZAS ΧΡΟΝΟΣ ВРЕΜΙΑ (MIN)	RODZAJ NACZYNNIA ΣΚΕΥΟΣ ΠΟΥΣΔΑ
Pieczone ziemniaki Πατάτες ψητές Печеный картофель	1,00	1	  	180-190 180-200	55-60 40-45	Blacha do pieczenia Таψί Противень
Grillowane warzywa Λαχανικά στη σχάρα Овощи-гриль	1,00	2/3		190-210	30-45	Ruszt Σχάρα Решетка
Pieczarki Μανιτάρια Грибы	0,50	2/3		200-210	13	Ruszt Σχάρα Решетка
Lasagne Λαζάνια Лазанья		2/3		200-210	35-40	Blacha do pieczenia Таψί Противень

CIASTA I DESERY / ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ / ΚΟΝДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ















	WAGA ΒΑΡΟΣ ΒΕΣ (KG)	POZIOM ΕΠΙΠΕΔΟ ΠΡΟΤΙВЕНЬ ΠΟΛΟЖЕНИЕ	FUNKCJA ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	TEMPERAT. ΘΕΡΜΟΚΡ. ТЕΜΠЕРАТУΡΑ (°C)	CZAS ΧΡΟΝΟΣ ВРЕΜΙΑ (MIN)	RODZAJ NACZYNIA ΣΚΕΥΟΣ ΠΟСУΔΑ
Ciasto biszkoptowe Ζύμη μπισκότων Бисквиты	0,50	2/3		180-200*	25-30	Płytko forma Φόρμα Неглубокое блюдо
				190-200*	20-25	
				180-200*	20-25	
Ciasto drożdżowe Ζύμη με μαγιά Дрожжевое тесто	0,50	2/3		170-190*	20-25	Płytko forma Φόρμα Неглубокое блюдо
				170-180*	25-30	
Ciasto kruche Ζύμη brioche Песочное тесто	0,50	2/3		180-190*	15-20	Płytko forma Φόρμα Неглубокое блюдо
				170-180*	15-20	
Ciasto francuskie Σφολιάτα Слоеное тесто	0,30	2/3		180-190*	20-22	Błacha do pieczenia Ταψί Противень
				180-190*	18-20	
Ciasto ptyciowe Σφολιάτα με μαγιά Дрожжевое слоеное тесто	0,50	2/3		180-190*	18-20	Błacha do pieczenia Ταψί Противень
Bułeczki francuskie z serem Σφολιάτα με ανθότυρο Творожная запеканка	0,40	2/3		180*	24	Błacha do pieczenia Ταψί Противень
				180-190*	20	
Ciasto parzone (np. empanadas) Ζύμη με σιρόπι Заварное пирожное	0,50	2/3		190*	30	Płytko forma Φόρμα Неглубокое блюдо

* W przypadku tych dań należy nagrzać pusty piekarnik, a potrawy umieścić w piekarniku po osiągnięciu ustawionej temperatury.

* Στις συνταγές αυτές, προθερμάνετε τον φούρνο άδειο και εισάγετε τα τρόφιμα όταν ο φούρνος φτάσει στην επιλεγμένη θερμοκρασία.

* Для приготовления этих блюд сначала разогрейте пустую печь и кладите в нее продукты, лишь когда будет достигнута нужная температура.

СΙΑΣΤΑ Ι DESERY / ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ / ΚΟΝДИΤΕΡСКИЕ ИЗДЕЛИЯ

	WAGA ΒΑΡΟΣ ΒΕС (KG)	POZIOM ΕΠΙΠЕΔΟ ПРОТИВЕНЬ ПОЛОЖЕНИЕ	FUNKCJA ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	TEMPERAT. ΘΕΡΜΟΚΡ. ТЕΜΠЕРАТУΡΑ (°C)	CZAS ΧΡΟΝΟΣ ВРЕΜΙΑ (MIN)	RODZAJ NACZYNIА ΣΚΕΥΟΣ ΠΟСУΔΑ
Sernik Τσιζκέικ Чизкейк	0,80	2/3		180	30-35	Blacha so pieczenia Ταψί Противень
			 	180-290	25-30	
Miodownik Κέικ με μέλι Медовое печенье	0,60	2/3		170-190*	40-45	Plytka forma Φόρμα блюдо
			 	180-190*	35-40	
Bezy Μαρρέγκα Безе		2/3		100-110	190	Blacha do pieczenia Ταψί Противень
			 	100-110	170-180	
Makaroniki Αμυγδαλωτά Миндальное печенье-безе	0,50	4		110-120*	15-20	Blacha do pieczenia Ταψί Противень
Jogurt Γιαούρτι Йогурт	1 liter 1 λίτρο 1 литр	***		45-50	8 godzin 8 ώρες	Miseczki Βαζάκια Баночки для йогурта
Konfitury Μαρμελάδα Конфитюр	1,00	2/3		100-110	18-20	Naczynie Σκεύος Посуда
Babeczki Μάφινς Кексы-магдаленки	0,40	2/3		200-210*	30	Foremki Χάρτινες Θήκες Формочки
				200*		

* W przypadku tych dań należy nagrzać pusty piekarnik, a potrawy umieścić w piekarniku po osiągnięciu ustawionej temperatury.

*** Miseczki z jogurtem umieścić bezpośrednio na dnie piekarnika.




* Στις συνταγές αυτές, προθερμάνετε τον φούρνο άδειο και εισάγετε τα τρόφιμα όταν ο φούρνος φτάσει στην επιλεγμένη θερμοκρασία.

*** Τοποθετήστε τα βαζάκια γιαουρτιού απευθείας στον πυθμένα του φούρνου.

* Для приготовления этих блюд сначала разогрейте пустую печь и кладите в нее продукты, лишь когда будет достигнута нужная температура.

*** Ставьте баночки для йогурта прямо на дно печи

CIASTA I DESERY / ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΙΚΗ / ΚΟΝДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ

	WAGA ΒΑΡΟΣ ВЕС (KG)	POZIOM ΕΠΙΠΕΔΟ ПРОТИВЕНЬ ПОЛОЖЕНИЕ	FUNKCJA ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	TEMPERAT. ΘΕΡΜΟΚΡ. ТЕΜΠΕΡΑΤУР Α (°C)	CZAS ΧΡΟΝΟΣ ВРЕМЯ (MIN)	RODZAJ NACZYNNIA ΣΚΕΥΟΣ ПОСУДА
Ciasto Ζύμη Тесто	0,40	1	 	200-220* 200*	25-30 25	Blacha do pieczenia Таψί Противень
Biszkopt Κέικ Бисквит	0,60	2/3	 	170-180* 165-170*	50-55 45	Plytka forma Φόρμα Неглубокое блюдо
Pieczone jablka Κομπόστα μήλου Компот из яблок	0,50	1		160-170	35	Blacha do pieczenia Таψί Противень
Crème caramel / Pudding Κρεμ καραμελέ Пудинг	1 liter 1 λίτρο 1 литр	2/3		100	60-70	Foremki Φόρμα πουτίγκας Форма для пудинга
Ciasto parzone Ζύμη για σου Заварное пирожное	0,20	2/3	 	200* 190-200*	10-12 8-10	Blacha do pieczenia Таψί Противень















* W przypadku tych dań należy nagrzać pusty piekarnik, a potrawy umieścić w piekarniku po osiągnięciu ustawionej temperatury.

* Στις συνταγές αυτές, προθερμάνετε τον φούρνο άδειο και εισάγετε τα τρόφιμα όταν ο φούρνος φτάσει στην επιλεγμένη θερμοκρασία.







* Для приготовления этих блюд сначала разогрейте пустую печь и кладите в нее продукты, лишь когда будет достигнута нужная температура.

ROZMRAŻANIE WG CZASU / ΑΠΟΨΥΞΗ ΜΕ ΒΑΣΗ ΤΟΝ ΧΡΟΝΟ / РАЗМОРОЗКА ПО ВРЕМЕНИ

ΠΡΟΔΥΚΤ ΤΡΟΦΙΜΟ ΠΡΟΔΥΚΤ	WAGA ΒΑΡΟΣ ΒΕΣ (KG)	FUNKCJA ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΡΕΖΙΜ	CZAS ΧΡΟΝΟΣ ВРЕМЯ MIN)	CZAS ODCZEKANIA ΧΡΟΝΟΣ ΑΔΡΑΝΕΙΑΣ ВРЕМЯ ВЫДЕРЖКИ (MIN)
Mięso (cielęcina, wołowina, wieprzowina) Κρέας (μσχαρίσιο, βοδινό, χοιρινό) Мясо (телятина, говядина, свинина)	100	☺☺☺	2-3	5-10
	200		4-5	5-10
	500		10-12	10-15
	1000		21-23	20-30
	1500		32-34	20-30
	2000		43-45	25-35
Międo duszone, Μαγειρεμένο κρέας Гуляш	500	☺☺☺	8-10	10-15
	1000		17-19	20-30
Mięso mielone, Κιμάς, Рубленое мясо	100	☺☺☺	2-4	10-15
	500		10-14	20-30
Kiełbasa, Λουκάνικα, Сосиски	200	☺☺☺	4-6	10-15
	500		9-12	15-20
Drób (porcje), Πουλερικά, πουλερικά σε μερίδες, Птица (порционно)	250	☺☺☺	5-6	5-10
Kurczak, Κοτόπουλο, Курица	1000	☺☺☺	20-24	20-30
Filety rybne, Ψάρι, Рыбное филе	200	☺☺☺	4-5	5-10
Pstrąg, Πέστροφα, Форель	250	☺☺☺	5-6	5-10
Krewetki, Γαρίδες, Креветки	100	☺☺☺	2-3	5-10
	500		8-11	10-20
Pieczywo, Ψωμί, Хлеб	200	☺☺☺	4-5	5-10
	500		10-12	10-15
	800		15-17	10-20
Masło, Βούτυρο, Сливочное масло	250	☺☺☺	8-10	10-15
Twaróg, Τυρί cottage, Сливочный сыр	250	☺☺☺	6-8	10-15
Śmietana, Κρέμες, Сливки	250	☺☺☺	7-8	10-15





	ΙΛΟΣΪ ΒΑΡΟΣ КОЛИЧЕСТВО	ΡΟΖΙΟΜ ΕΠΙΠΕΔΟ УРОВЕНЬ	FUNKCJA ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	ΤΕΜΡ. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΠΕΡΑΤ УΡΑ (°C)	CZAS ΧΡΟΝΟΣ ВРЕΜΙΑ (MIN)	ΡΟЈЕМΝΙΚ ΣΚΕΥΟΣ ΚΟΝΤΕЙНЕР
Leszcz/Dorada Τσιπούρα Золотистый морской лещ	500 – 1000g	2		80	35-45	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Pstrąg Πέστροφα Форель	800- 1200 g	2		80	25-30	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Filet z łososia Φιλέτο σολομού Филе лосося	1000 – 1200 g	2		80	20-30	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Troć Μεγάλη πέστροφα Навага	1000 – 1200 g	1/2		80	30-40	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Krewetki królewskie Γαριδομάνες Королевские креветки	4 x 250 g	2		80	20-25	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Omulek zielonowargowy Μύδια με πράσινο κέλυφος Зеленые мидии	1000 – 1200 g	2		100	30-40	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Filet z halibuta Φιλέτο γλώσσας Филе палтуса	500 – 1000g	2		80	25-30	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Sercówka jadalna Αχιβάδες Моллюск-сердцевидка	500-1000 g	2		100	15-25	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Homar Αστακός Омары	800-1200 g	1/2		100	30-35	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Filet z dorsza Φιλέτο μπακαλιάρου Филе трески	1000-1200 g/ r	2		80	25-30	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Omulek jadalny Μπλε μύδια Голубые мидии	1000-1200 g	2		100	20-30	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Palia jeziorowa Λιμνίσια πέστροφα Озёрная форель	4 x 250 g	2		80	30-35	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Łupacz Μπακαλιάρος Пикша	1000-1200 g	2		80	25-30	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Filet z tuńczyka Φιλέτο τόνου Филе тунца	500-1000 g	2		80	20-25	Perforowany Διάτρητο Перфорированный












ΜΙΞΟΣ / ΚΡΕΑΣ / МЯСО















	ΙΛΟΣΪ ΒΑΡΟΣ КОЛИЧЕСТВО	ΡΟΖΙΟΜ ΕΠΪΠΕΔΟ УРОВΕΝЬ	ΦΥΝΚΣΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	ΤΕΜΡ. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΠΕΡΑ ΤΥΡΑ (°C)	СΖΑΣ ΧΡΟΝΟΣ ВРЕΜΙΑ (MIN)	ΡΟΪΕΜΝΙΚ ΣΚΕΥΟΣ ΚΟΝΤΕΪΝΕΡ
Udko kurzczaka Φτερούγες κοτόπουλο Куриные окорочка	4-10	2		100	45-50	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Pierś kurzczaka Στήθος κοτόπουλο Куриные грудки	4-6	2		100	30-40	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Schab wędzony Καπνιστό χοιρινό Копченая свинина - филейная часть	500g – 1000 g	2		100	45-55	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Sznyצל z indyka Σκαλοπίνια γαλοπούλας Эскалоп индейки	4-8	2		100	25-30	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Poleđwiczka wierzowa, w całości Χοιρινό φιλέτο, ολόκληρο Свиное филе целное	4-8	2		100	25-35	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Kiełbaski Λουκάνικα Сосиски		2		80-100	10-15	Perforowany Διάτρητο Перфорированный

ЈΑЈΑ / ΑΥΓΑ / ЯЙЦА

	ΡΟΖΙΟΜ ΕΠΪΠΕΔΟ УРОВΕΝЬ	ΦΥΝΚΣΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	ΤΕΜΡ. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΠΕΡΑ ΡΑ (°C)	СΖΑΣ ΧΡΟΝΟΣ ВРЕΜΙΑ (MIN)	ΡΟΪΕΜΝΙΚ ΣΚΕΥΟΣ ΚΟΝΤΕΪΝΕΡ
Jaja po wiedeńsku (w szklance) Αυγά σε ποτήρι Яйца в стеклянной посуде	2		100	15-20	Ruszt Σχάρα Решётка
Jaja na twardo Αυγά, σκληρά Яйца вкрутую	2		100	20	Ruszt Σχάρα Решётка
Jaja na miękkو Αυγά, μελάτα Яйца всмятку	2		100	15-17	Ruszt Σχάρα Решётка

	ΙΛΟΣΪ ΒΑΡΟΣ КОЛИЧЕСТВО	ΡΟΖΙΟΜ ΕΓΓΙΠΕΔΟ УРОВЕНЬ	ΦΥΝΚΣΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	ΤΕΜΡ. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΠΕΡΑΤΥ ΡΑ (°C)	СΖΑΣ ΧΡΟΝΟΣ ΒΡΕΜΙΑ (MIN)	ΡΟЈЕМΝΙΚ ΣΚΕΥΟΣ ΚΟΝΤΕЙΝΕΡ
Kasza perłowa + płyn Κριθαράκι + Υγρό Перловая крупа + жидкость	200g + 400 ml	2		100	35-40	Ruszt, szklana miska Σχάρα, γυάλινο μπολ Решётка, стеклянная посуда
Kasza manna + płyn Σιμιγδάλι + Υγρό Манная крупа + жидкость	200g + 300 ml	2		100	15-25	Ruszt, szklana miska Σχάρα, γυάλινο μπολ Решётка, стеклянная посуда
Soczewica + płyn Φακές + Υγρό Чечевица + жидкость	200g + 375 ml	2		100	25-55	Ruszt, szklana miska Σχάρα, γυάλινο μπολ Решётка, стеклянная посуда
Ryż + płyn Ρύζι + υγρό Рис + жидкость	200g + 250 ml	2		100	30-45	Ruszt, szklana miska Σχάρα, γυάλινο μπολ Решётка, стеклянная посуда

		ΡΟΖΙΟΜ ΕΠΪΠΕΔΟ УРОВΕՆЬ	FUNKCJA ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	TEMP. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΠΕΡΑΤ УΡΑ (°C)	CZAS ΧΡΟΝΟΣ ВРЕΜΙΑ (MIN)	ΡΟΕΜΝΙΚ ΣΚΕΥΟΣ ΚΟՆΤΕΪΝΕΡ
Bakłażan Μελιτζάνες Баклажаны	Plasterki Σε τεμάχια ломтики	2		100	20-25	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Fasola Φασόλια Фасоль		2		100	40-50	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Brokuły Μπρόκολο Капуста брокколи	rózczycki z łodyżkami Άνθη με κοτσάνι грозди со стеблями	2		100	30-35	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Brokuły Μπρόκολο Капуста брокколи	rózczycki bez łodyżek Άνθη χωρίς κοτσάνι грозди без стеблей	2		100	20-25	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Kalafior Κουνουπίδι Цветная капуста	Rózczycki Άνθη грозди	2		100	30-35	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Kalafior Κουνουπίδι Цветная капуста	cała główka Ολόκληρο κεφάλι головка целиком	1		100	45-50	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Groch Μπιζέλια Горошек		2		100	35-40	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Fenkuł Μάραθο Фенхель	Paseczki Σε λωρίδες полоски	2		100	20-25	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Fenkuł Μάραθο Фенхель	przecięty na pół Κομμένο στη μέση половинки	2		100	25-35	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Ziemniaki w mundurkach Πατάτες με τη φλούδα Картофель неочищенный	całe, bardzo małe Ολόκληρες, πολύ μικρές цельный, очень мелкий	2		100	25-30	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Ziemniaki w mundurkach Πατάτες με τη φλούδα Картофель неочищенный	całe, bardzo duże Ολόκληρες, πολύ μεγάλες цельный, очень крупный	2		100	50-55	Perforowany Διάτρητο Перфорированный

		POZIOM ΕΠΙΠΕΔΟ УРОВЕНЬ	FUNKCJA ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	ΤΕΜΠ. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΠΕΡΑΤΥ РА (°C)	CZAS ΧΡΟΝΟΣ ВРЕМЯ (MIN)	ΡΟЈЕМΝΙΚ ΣΚΕΥΟΣ ΚΟΝΤΕЙНЕР
Ziemniaki Πατάτες χωρίς τη φλούδα Картофель очищенный	w kawałkach Σε κομμάτια дольки	2		100	25-30	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Biały groszek Πράσινα φασολάκια Гороховые стручки		2		100	20-25	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Marchewka Καρότα Морковь	Plasterki Σε φέτες ломтики	2		100	30-35	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Kolby kukurydzy Καλαμπόκι ολόκληρο Сердцевина кукурузного початка		2		100	55-65	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Papryka (długie strąki) Πιπεριές για γέμισμα Паприка	Paseczki Σε λωρίδες полоски	2		100	17-20	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Papryka ostra Καυτερές πιπεριές Острый перец		2		100	17-20	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Pieczarki Μανιτάρια Грибы	Ćwiartki Σε τέταρτα четверти	2		100	17-20	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Por Πράσο Лук-порей	Plasterki Σε φέτες ломтики	2		100	15-17	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Brukselka Λαχανάκια Βρυξελλών Брюссельская капуста		2		100	30-40	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Seler naciowy Σέλινο Сельдерей	Paseczki Σε λωρίδες полоски	2		100	20-25	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Szparagi Σπαράγγια Спаржа		2		100	25-40	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Szpinak Σπανάκι Шпинат		2		100	17-20	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Łodygi selera Μίσχοι σέλινου Стебли сельдерея		2		100	30-35	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Cukinia Κολοκυθάκι Цуккини	Plasterki Σε φέτες ломтики	2		100	17-23	Perforowany Διάτρητο Перфорированный


KNEDLE/KLUSKI / ΤΑΡΤΕΣ / ΚΛΕΪЦКИ

	ΡΟΖΙΟΜ ΕΠΙΠΕΔΟ УРОВЕНЬ	ΦΥΝΚΤΣΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	ΤΕΜΡ. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΠΕΡΑΤΥΡΑ (°C)	СΖΑΣ ΧΡΟΝΟС ВРЕМЯ (MIN)	ΡΟЖЕМΝΙΚ СΚΕΥΟС ΚΟΝΤΕЙНЕР
Na słodko Γλυκιά τάρτα Сладкие клёцки	2		100	25-35	Nie perforowany Όχι διάτρητο Не перфорированный
Drożdżowe na słodko Γλυκιά τάρτα με προζύμι Сладкие дрожжевые κлёцки	2		100	20-25	Nie perforowany Όχι διάτρητο Не перфорированный
Drożdżowe Τάρτα με προζύμι Дрожжевые клёцки	2		100	20-30	Nie perforowany Не перфорированный
Chlebowe Τάρτα ψωμιού Хлебные клёцки	2		100	25-30	Nie perforowany Όχι διάτρητο Не перфорированный
W serwecie Τάρτα βρασμένη σε πετσέτα Салфеточные клёцки	2		100	30-35	Nie perforowany Όχι διάτρητο Не перфорированный

DESERY / ΕΠΙΔΟΡΠΙΑ / ДЕСЕРТЫ

	ΙΛΟСЃ ΒΑΡΟС КОΛΙΧΕСΤВΟ	ΡΟΖΙΟΜ ΕΠΙΠΕΔΟ УРОВЕНЬ	ΦΥΝΚΤΣΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	ΤΕΜΡ. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΠΕΡΑΤΥΡΑ (°C)	СΖΑΣ ΧΡΟΝΟС ВРЕМЯ (MIN)	ΡΟЖЕМΝΙΚ СΚΕΥΟС ΚΟΝΤΕЙНЕР
Duszone jabłko Κομπόστα μήλου Яблочный компот	500-1500 g	2		100	20-30	Nie perforowany Όχι διάτρητο Не перфорированный
Duszone gruszki Κομπόστα αχλαδιού Грушевый компот	500-1500 g	2		100	30-35	Nie perforowany Όχι διάτρητο Не перфорированный
Krem brulée Κρεμ μπρούλε Крем-брюле		2		80	25-30	Ruszt – miseczka Σχάρα - μπολ Решетка - посуда
Krem karmelowy Κρέμα καραμελέ Крем-карамель		2		80	30-35	Ruszt – miseczka Σχάρα - μπολ Решетка - посуда
Jogurt Γιαούρτι Йогурт		2		40	4-6 hrs.	Ruszt – miseczka Σχάρα - μπολ Решетка - посуда
Duszone brzoskwinie Κομπόστα ροδάκινο Персиковый компот	500-1500 g	2		100	20-25	Nie perforowany Όχι διάτρητο Не перфорированный






**OWOCE (STERYLIZOWANIE/WEKOWANIE) / ΦΡΟΥΤΑ (ΑΠΟΣΤΕΙΡΩΣΗ/ΒΡΑΣΙΜΟ) /
ФРУКТЫ (СТЕРИЛИЗАЦИЯ/ВЫВАРКА)**

	ΙΛΟΣΪ ΒΑΡΟΣ КОЛИЧЕСТВО	ΡΟΖΙΟΜ ΕΠΪΠΕΔΟ УРОВЕНЬ	ΦΥΝΚΣΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	ΤΕΜΡ. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΠΕΡΑΤ УРА (°C)	СΖΑΣ ΧΡΟΝΟΣ ВРЕΜΙΑ (MIN)	ΡΟЈΕΜΝΙΚ ΣΚΕΥΟΣ ΚΟΝΤΕЙΝΕΡ
Gruski Αχλάδια Груши	4-6 στοίκώ 1 l 4-6 ποτήρια 1 λίτρου 4-6 ёмкостей по 1 л	2		100	35-40	Ruszt Σχάρα Решётка
Czereśnie Κεράσια Вишни	4-6 στοίκώ 1 l 4-6 ποτήρια 1 λίτρου 4-6 ёмкостей по 1 л	2		80	35-40	Ruszt Σχάρα Решётка
Brzoskwinie Ροδάκινα Персики	4-6 στοίκώ 1 l 4-6 ποτήρια 1 λίτρου 4-6 ёмкостей по 1 л	2		80	35-40	Ruszt Σχάρα Решётка
Śliwki Δαμάσκηνα Сливы	4-6 στοίκώ 1 l 4-6 ποτήρια 1 λίτρου 4-6 ёмкостей по 1 л	2		80	35-40	Ruszt Σχάρα Решётка

PODGRZEWANIE / ΖΕΣΤΑΜΑ / РЕГЕНΕΡΑЦΙΑ

	ΙΛΟΣΪ ΒΑΡΟΣ КОЛИЧЕСТВО	ΡΟΖΙΟΜ ΕΠΪΠΕΔΟ УРОВЕНЬ	ΦΥΝΚΣΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	ΤΕΜΡ. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΠΕΡΑΤ УРА (°C)	СΖΑΣ ΧΡΟΝΟΣ ВРЕΜΙΑ (MIN)	ΡΟЈΕΜΝΙΚ ΣΚΕΥΟΣ ΚΟΝΤΕЙΝΕΡ
Danie na talerzu Φαγητό σε πιάτο Блюда на тарелках	1-2	2		100	35-40	Ruszt Σχάρα Решётка
Danie na talerzu Φαγητό σε πιάτο Блюда на тарелках	3-4	2		100	35-40	Ruszt Σχάρα Решётка
Dania gotowe Έτοιμα γεύματα Готовые блюда		2		100	35-40	Ruszt Σχάρα Решётка












BLANSZOWANIE / ΖΕΜΑΤΙΣΜΑ / БЛАНШИРОВКА

	ΙΛΟΣΪ ΒΑΡΟΣ КОЛИЧЕСТВО	ΡΟΖΙΟΜ ΕΠΪΠΕΔΟ УРОВЕНЬ	ΦΥΝΚΣΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	ΤΕΜΡ. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΠΕΡΑΤ УΡΑ (°C)	СΖΑΣ ΧΡΟΝΟΣ ВРЕΜΙΑ (MIN)	ΡΟΪΕΜΝΙΚ ΣΚΕΥΟΣ ΚΟΝΤΕΪΝΕΡ
np. Fasola, Por π.χ. Φασόλια, Πράσο Например, фасоль, лук- порей		2		100	15-17	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Jarmuż Κατσαρό λάχανο Браунколь	1000-2000 g	2		100	17-21	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Kapusta włoska Κραμπολάχανο Савойская капуста	10-20	2		100	17-20	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Kapusta biała, cała główka Λευκό λάχανο, ολόκληρο Белокочанная капуста, целиком	2000-2500 g	1		100	35-50	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Pomidory, bez skórki Ντομάτες, ξεφλουδισμένες Помидоры очищенные		2		80	17	Ruszt Σχάρα Решётка

ROZMRAŻANIE / ΑΠΟΨΥΞΗ / РАЗМОРАЖИВАНИЕ

		ΡΟΖΙΟΜ ΕΠΪΠΕΔΟ УРОВЕНЬ	ΦΥΝΚΣΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	ΤΕΜΡ. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΠΕΡΑΤ УΡΑ (°C)	СΖΑΣ ΧΡΟΝΟΣ ВРЕΜΙΑ (MIN)	ΡΟΪΕΜΝΙΚ ΣΚΕΥΟΣ ΚΟΝΤΕΪΝΕΡ
Brokuły Μπρόκολο Капуста брокколи	różycki z łodyżkami άνθη με κοτσάνι грозди со стеблями	2		100	20-25	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Mix warzyw Ανάμεικτα λαχανικά Овощная смесь		2		100	20-25	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Liście szpinaku Φύλλα από σπανάκι Листья шпината	Porcje μερίδες порции	2		100	15-20	Nie perforowany Όχι διάτρητο Не перфорированный

ROZMRAŽANIE / ΑΠΟΨΥΞΗ / ΡΑΖΜΟΡΑΖΙΒΑΝΙΕ

		ΡΟΖΙΟΜ ΕΠΪΠΕΔΟ УРОВЕНЬ	ΦΥΝΚΤΙΟΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ РЕЖИМ	ΤΕΜΠ. ΘΕΡΜΟΚΡ. ΤΕΜΠΕΡΑΤΥΡΑ (°C)	СΖΑΣ ΧΡΟΝΟΣ ВРЕΜΙΑ (MIN)	ΡΟΕΜΝΙΚ ΣΚΕΥΟΣ ΚΟΝΤΕΙΝΕΡ
Kalafior Κουουοτιδι Цветная καπυста	Różyczki άνθη грозди	2		100	20-25	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Groch Μπιζέλια Горшеш		2		100	20-25	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Jarmuż Κατοαρó λάχανο Браунколь	duże porcje μεγαλύτερη μερίδα крупные порци	2		100	30-40	Nie perforowany Όχι διάτρητο Не перфорированный
Marchewka Καρóτα Морковь	Plasterki σε φέτες ломтики	2		100	20-25	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Brukselka Λαχανάκια Βρυξελλών Брюссельская καпυста		2		100	25-30	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Szparag Σπαράγγια Спаржа		2		100	30-35	Perforowany Διάτρητο Перфорированный
Dania gotowe Έτομα γεύματα Готовые блюда		2		100	wg informacji na opakowaniu όσο χρειάζεται по мере надобности	Ruszt Σχάρα Решётка
Pieczywo Ψωμί Хлеб		2		100	15-30	Ruszt Σχάρα Решётка
Ryż Ρύζι Рис		2		100	20-25	Nie perforowany Nie perforowany Όχι διάτρητο Не перфорированный
Soczewica Φακές Чечевица		2		100	25-30	Nie perforowany Όχι διάτρητο Не перфорированный
Kluski Νουντλς Лапша		2		100	30-35	Nie perforowany Όχι διάτρητο Не перфорированный

NACZYNIA ZALECANE DO STOSOWANIA W URZĄDZENIU

RODZAJ NACZYNIA	FUNKCJA	MIKROFALE		FUNKCJE KONWENCJONALNE	FUNKCJE ŁĄCZONE
		ROZMRAŻANIE / PODGRZEWANIE	GOTOWANIE		
Szko i porcelana 1) nieżaroodporne, możliwość mycia w zmywarce		tak	tak	nie	nie
Ceramika glazurowana żaroodporne szkło i porcelana		tak	tak	tak	tak
Naczynia ceramiczne, fajans nieglazurowane glazurowane bez metalowych zdobień		tak	tak	nie	nie
Naczynia gliniane glazurowane nieglazurowane		tak nie	tak nie	nie nie	nie nie
Naczynia plastikowe 2) żaroodporne do 100°C żaroodporne do 250°C		tak tak	nie tak	nie nie	nie nie
Folie plastikowe 3) Folia spożywcza Celofan		nie tak	nie tak	nie nie	nie nie
Papier, tektura, pergamin 4)		tak	nie	nie	nie
Metal Folia aluminiowa Pojemniki aluminiowe 5) Akcesoria (ruszt)		tak nie tak	nie tak tak	tak tak tak	nie tak nie

1. Bez złotych ani srebrnych zdobień. Szkło ołowiowe jest nieodpowiednie
2. Należy przestrzegać zaleceń producenta!
3. Nie używać metalowych klipsów do zamykania torebek. Nakłuć torebki. Folię stosować tylko do przykrywania żywności.
4. Nie używać papierowych talerzy.
5. Stosować wyłącznie płytke aluminiowe naczynia/pojemniki bez pokrywek. Aluminium nie może stykać się ze ścianami komory urządzenia

ΜΑΓΕΙΡΙΚΑ ΣΚΕΥΗ

ΤΥΠΟΣ ΣΚΕΥΟΥΣ	ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ	ΜΙΚΡΟΚΥΜΑΤΑ		ΣΥΜΒΑΤΙΚΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ	ΣΥΝΔΥΑΣΤΙΚΕ Σ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ
		ΞΕΠΑΓΩΜΑ / ΖΕΣΤΑΜΑ	ΜΑΓΕΙΡΕΜΑ		
Γυαλί και πορσελάνη 1) Οικιακής χρήσης, μη πυρίμαχα, πλένονται σε πλήτριο πιάτων		Ναι	Ναι	Όχι	Όχι
Σμαλτωμένα κεραμικά Πυρίμαχο γυαλί και πορσελάνη		Ναι	Ναι	Ναι	Ναι
Πορσελάνη, κεραμικά Σμαλτωμένα ή μη, χωρίς μεταλλικά διακοσμητικά τμήματα		Ναι	Ναι	Όχι	Όχι
Πήλινα σκεύη Σμαλτωμένα Μη σμαλτωμένα		Ναι Όχι	Ναι Όχι	Όχι Όχι	Όχι Όχι
Πλαστικά σκεύη 2) Ανθεκτικά σε θερμοκρασίες μέχρι 100°C Ανθεκτικά σε θερμοκρασίες μέχρι 250°C		Ναι Ναι	Όχι Ναι	Όχι Όχι	Όχι Όχι
Πλαστικές μεμβράνες 3) Πλαστική μεμβράνη κάλυψης τροφίμων Σελοφάν		Όχι Ναι	Όχι Ναι	Όχι Όχι	Όχι Όχι
Χαρτί, χαρτόνι, περγαμινή 4)		Ναι	Όχι	Όχι	Όχι
Μέταλλο Αλουμινόχαρτο Αλουμινένια σκεύη 5) Εξαρτήματα (σχάρα)		Ναι Όχι Ναι	Όχι Ναι Ναι	Ναι Ναι Ναι	Όχι Ναι Όχι

- Χωρίς χρυσές ή ασημένιες μπορντούρες και όχι μολυβδόχο γυαλί-καθρέπτης.
- Λαμβάνετε υπόψη σας τις οδηγίες του κατασκευαστή!
- Μη χρησιμοποιείτε μεταλλικά κλιπ ή συρματάκια, για να κλείνετε τα σακουλάκια. Ανοίγετε τρύπες στα σακουλάκια. Χρησιμοποιείτε τις μεμβράνες μόνο για να καλύπτετε τα φαγητά.
- Μη χρησιμοποιείτε χάρτινα πιάτα.
- Μόνο ρηχά αλουμινένια σκεύη, χωρίς καπάκι. Το αλουμίνιο δεν πρέπει να έρχεται σε επαφή με τα τοιχώματα του θαλάμου του φούρνου.

ПОСУДА

РАБОЧИЙ РЕЖИМ ТИП ПОСУДЫ	МИКРОВОЛНЫ		ОБЫЧНЫЕ ФУНКЦИИ	КОМБИНИРОВАННЫЙ РЕЖИМ
	РАЗМОРОЗКА/ РАЗОГРЕВ	ПРИГОТОВЛЕНИЕ		
Стекло и фарфор 1) Бытовой, не-жаростойкий, для мытья в посудомоечной машине	Да	Да	Нет	Нет
Глазурованная керамика Жаростойкое стекло и фарфор	Да	Да	Да	Да
Фаянсовая и глиняная посуда неглазурованная	Да	Да	Нет	Нет
глазурованная без металлизированного рисунка				
Глиняная посуда глазурованная	Да	Да	Нет	Нет
неглазурованная	Нет	Нет	Нет	Нет
Пластмассовая посуда 2) жаростойкая до 100°C	Да	Нет	Нет	Нет
жаростойкая до 250°C	Да	Да	Нет	Нет
Полимерные пленки 3) Пленка для пищевых продуктов	Нет	Нет	Нет	Нет
Целлофан	Да	Да	Нет	Нет
Бумага, картон, пергамент 4)	Да	Нет	Нет	Нет
Металл Алюминиевая фольга	Да	Нет	Да	Нет
Алюминиевые емкости 5)	Нет	Да	Да	Да
Принадлежности (решетка)	Да	Да	Да	Нет

1. Не допускается использовать посуду с «золотыми» и «серебряными» каемками, а также хрустальную посуду.
2. Следуйте указаниям изготовителя!
3. Не закрывайте пакеты металлическими зажимами. Накалывайте пакеты. Пищевую пленку можно использовать только для того, чтобы прикрыть продукты сверху.
4. Не используйте бумажные тарелки.
5. Используйте только неглубокие алюминиевые контейнеры без крышек. Алюминий не должен соприкасаться со стенками камеры.



www.teka.com

1632142-c